

# médico & saúde

Ano I | Número 2 | Jan/Fev/Mar 2008

## As muitas faces de Eva

Mulheres se dividem entre mães,  
donas-de-casa e médicas

### ENTREVISTA

De Petrópolis, Susie  
Nogueira orchestra  
o Sorriso

### CIDADE

O trânsito nosso  
de cada dia

### COMPORTAMENTO

Hobbies levados  
a sério

**CREMERJ**

# Saúde

*O que as pessoas pedem nos grandes momentos de alegria e fé,  
você ajuda a realizar durante o ano inteiro.*





*O CREMERJ deseja um excelente 2008 para todos, mas em especial para você amigo médico, que dia após dia, ano após ano, batalha pela saúde.*

**CREMERJ**



Caro colega,

*Chegamos ao segundo número da revista Médico & Saúde. Desta vez, em meio às comemorações do Dia Internacional da Mulher, no dia 8 de março, aproveitamos para fazer uma homenagem a elas. Médicas como a psiquiatra Maria Augusta de Toledo Tibiriçá Miranda, 90 anos, três filhos, 13 netos e três bisnetos, contam como é o dia-a-dia de quem tem que se desdobrar nos papéis de filhas, mães e esposas, sem deixar a carreira de lado.*

*Outra que conhece bem os desafios que a Medicina impõe é a infectologista Susie Andries Nogueira. Depois de 28 anos de plantões e emergências – 25 deles passados no Hospital Universitário Clementino Fraga Filho, na Ilha do Fundão –, Susie ainda encontrou disposição para prestar novo concurso público, em Petrópolis, onde fundou o Projeto Sorriso. Num casarão de quatro quartos, com varandão, galinheiro e cachorro, a médica mais que abrigar filhos de portadores do vírus HIV leva esperança àqueles que são hoje as principais vítimas da epidemia de Aids que assola o mundo.*

*Há ainda outras maneiras de fazer a sua parte. Nas páginas de Compras, sugerimos produtos comercializados por organizações não-governamentais como Saúde Criança Renascer, Médicos Sem Fronteiras, Doutores da Alegria e Refazer. Uma boa idéia para presentear amigos e, ao mesmo tempo, contribuir com causas nobres.*

*Falando em causa, nesta edição você conhecerá também um pouco da evolução do movimento médico no Rio de Janeiro. Já na seção Comportamento, contamos histórias de profissionais que dividem o tempo entre a profissão e hobbies levados realmente a sério, enquanto na seção Bioética procuramos acender o debate sobre o direito à vida e a prática da ortotanásia. E ainda tem muito mais, como você poderá conferir a seguir.*

Boa leitura!

**Márcia Rosa de Araujo**

Presidente do Cremerj

## Expediente

### MÉDICO & SAÚDE

Publicação trimestral do Conselho Regional de Medicina do Estado do Rio de Janeiro – Cremerj para divulgação interna

### CONSELHO EDITORIAL

Abdu Kexfe  
Alkamir Issa  
Aloísio Tibiriçá Miranda  
Arnaldo Pineschi de Azeredo Coutinho  
Carlindo de Souza Machado e Silva  
Francisco Manes Albanesi Filho  
Kassie Regina Neves Cargnin  
Luís Fernando Soares Moraes  
Márcia Rosa de Araujo  
Marília de Abreu Silva  
Pablo Vazquez Queimadelos  
Paulo Cesar Geraldés  
Renato Brito de Alencastro Graça  
Sérgio Albieri  
Sidnei Ferreira

### PRODUÇÃO

FSB Comunicações – [www.fsb.com.br](http://www.fsb.com.br)

### EDIÇÃO

FSB Comunicações – [www.fsb.com.br](http://www.fsb.com.br)  
Ursula Alonso Manso

### DIREÇÃO DE ARTE

FSB Comunicações – [www.fsb.com.br](http://www.fsb.com.br)  
Daniele Mazza

### PROJETO GRÁFICO

FSB Comunicações – [www.fsb.com.br](http://www.fsb.com.br)  
Bruno Soares Bastos

### DIAGRAMAÇÃO

FSB Comunicações – [www.fsb.com.br](http://www.fsb.com.br)  
Fernanda Fontenelle

### ILUSTRAÇÃO E INFOGRAFIA

FSB Comunicações – [www.fsb.com.br](http://www.fsb.com.br)  
Jforni

### FOTOGRAFIA

Raul Lopes

### REPORTAGEM

Carolina Benevides  
Florença Mazza

### IMPRESSÃO

Gráfica Minister

### TIRAGEM

55 mil exemplares

Para enviar cartas e sugestões  
[cremerj@cremerj.org.br](mailto:cremerj@cremerj.org.br)

## Cartas

Parabenizamos o Cremerj pelo lançamento da revista *Médico & Saúde*. Gostei muito do seu conteúdo, especialmente da entrevista com o nosso ícone da Clínica Geral, professor Clementino Fraga Filho. Ele foi um dos pioneiros na implementação deste serviço no Hospital Evangélico do Rio de Janeiro, do qual sou um dos conselheiros.

*Renilton Leão*

Meus parabéns pela idéia da revista. Pode preencher uma lacuna em informações médicas atualmente ocupada pelas revistas leigas. Evoca as nossas melhores tradições, de onde viemos e onde nos apoiamos eticamente. Os depoimentos são de muito valor. Na minha família somos quatro gerações de cirurgiões, por isso ler o depoimento de um ativo cirurgião de 84 anos, como o Levão Bogossian, é muito emocionante. Sugiro entrevistas com Felício Falci, Ivo Pitanguy e outros cirurgiões nessa faixa etária e em atividade.

*José Furtado*

**Nota da redação: Sugestões anotadas!**

Sou administrador do Ambulatório Nossa Senhora Auxiliadora, obra assistencial e filantrópica da Paróquia de Nossa Senhora Auxiliadora, em Santa Rosa, Niterói, onde tive a oportunidade de ver com um dos nossos médicos voluntários o primeiro número da revista. Folhiei-a com prazer tanto pela apresentação quanto pelo conteúdo.

*Mauro Gomes Vianna*

## Errata

Na foto ao lado, o cirurgião geral Célio Eduardo da Costa Henrici, que foi incorretamente nomeado na edição de outubro/novembro/dezembro.



## Índice

### Capa



Elas jogam nas onze

17

Foto de divulgação

### Bem-estar



Boa forma debaixo d'água

26

Entrevista	6	Turismo	32
História	9	Economia	36
Cidade	14	Compras	38
Comportamento	23	Cultura	40
Bioética	29	Em foco	42

# Sorriso na aposentadoria

Depois de 28 anos de carreira, a infectologista Susie Andries Nogueira dedica-se a lar que abriga filhos de soropositivos em Petrópolis



**O** que se espera de um médico com 28 anos de carreira, muitos plantões e emergências na bagagem? A merecida aposentadoria? Pois a infectologista Susie Andries Nogueira, 56 anos, é exemplo vivo de que o improvável é possível. Mais do que isso: é extremamente positivo. Aos 51 anos – 25 deles vividos nos corredores do Hospital Universitário Clementino Fraga Filho, da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) –, ela escolheu o caminho oposto ao de muitos de seus colegas. Prestes a se aposentar, fez um concurso público, mudou-se para a cidade serrana de Petrópolis e fundou, apenas com a ajuda de amigos, o Projeto Sorriso. O casarão de quatro quartos, sede atual da iniciativa, serve de abrigo para filhos de portadores do vírus HIV e, há quase quatro anos, dá esperança para quem, na sua opinião, é a principal vítima da epidemia de Aids que assola o mundo de hoje: a criança. “Sei que somos apenas uma gota d’água dentro do copo, mas se puder ajudar pelo menos um, já vale a pena”, diz Susie. “Receber o carinho dessas crianças e constatar que elas melhoraram são nossas maiores recompensas.”

### MÉDICO & SAÚDE – *Como surgiu a idéia do Projeto Sorriso?*

SUSIE ANDRIES NOGUEIRA – O primeiro caso de Aids que recebemos no hospital universitário foi em 1985. Em 1996, nós fundamos o programa para gestantes infectadas por HIV no Clementino Fraga Filho, com objetivo de diminuir a transmissão mãe-filho do vírus. Passamos a usar antiviral, a assegurar um parto de boa qualidade e a arrecadar leite. Conseguimos uma das menores taxas de transmissão vertical da doença, algo entre 1% e 2%, mas...

### M & S– *Mas?*

SUSIE – Via as mães tendo os bebês sem Aids, porém sem condições de cuidar deles. Às vezes, ficavam muito doentes e não tinham com quem deixá-los. Então, depois de 25 anos de trabalho no hospital, fiz concurso público para ser médica pediatra em Petrópolis, virei voluntária do programa de DST/Aids do município e fundei o projeto em 2003, com a ajuda de outros médicos.

### M & S– *Quantas crianças são atendidas pelo Sorriso?*

SUSIE – Não somos uma instituição grande, como a Sociedade Viva Cazusa. Funcionamos em uma casa de quatro quartos, onde as crianças permanecem durante a fase crítica da doença da mãe ou, no caso das órfãs, até serem adotadas. É uma situação provisória que pode se arrastar por muito tempo. No momento, temos seis crianças abrigadas – uma delas há quatro anos conosco – e duas mães infectadas. Ao todo, algo entre 10 e 15 crianças já passaram pelo projeto, das quais cinco foram adotadas.

### M & S– *Como é o dia-a-dia desses meninos?*

SUSIE – As idades são variadas. Hoje o mais velho tem 13 anos e os mais novos são os gêmeos de um ano e três meses. Queremos que o abrigo se pareça o máximo possível com uma casa. São quatro quartos, um varandão, espaço para as crianças brincarem, galinheiro, cachorro, computador...

### M & S– *A garotada deve se divertir...*

SUSIE – Sim, eles adoram passear e, no Dia das Crianças, nós sempre fazemos um programa. Este ano, fomos ao Pão de Açúcar. Já estivemos no Zoológico, no Jardim Botânico e no Corcovado. Mas também temos regras. As crianças vão para a escola e ficam de castigo se fazem coisa errada. É uma casa como outra qualquer.



*Abrigo com cara e clima de casa*



“ É um problema muito grande e, ao meu ver, as crianças são as principais vítimas dessa epidemia de Aids, seja porque pegam a doença da mãe ou porque convivem com ela. ”

**M & S- Quantas pessoas trabalham no projeto?**

SUSIE – Nós temos quatro funcionários para manter a casa, um que cuida da parte administrativa e outros três que se dividem em dois turnos. Uma cozinha, a outra é estudante de enfermagem e a terceira é uma moça que faz de tudo um pouco. Nos fins de semana, fazemos rodízio e eu também revezo com eles. Trocamos fraldas das crianças, brincamos, cozinhamos, levamos para passear, fazemos companhia a elas...

**M & S- Quanto custa manter essa estrutura?**

SUSIE – Nossa despesa atual fica em torno de R\$ 4 mil por mês. No ano passado, recebemos o título de entidade de utilidade pública municipal, mas nos mantemos apenas com as doações dos integrantes do projeto. Ao longo de um ano, recebemos uma verba de R\$ 500 por mês do Programa de Aids de Petrópolis, no entanto hoje vivemos só com a contribuição dos cerca de 30 membros pagantes do Projeto Sorriso, além de doações frequentes de amigos e parentes.

**M & S- Quantos são os membros do Sorriso?**

SUSIE – Somos mais de 50 pessoas, a maioria médicos, muitos colegas meus da UFRJ, ex-alunos, ex-residentes. Tem muita gente que contribui, mas que não tem tempo de colaborar no cuidado direto das crianças, prefere fazer doações. Há outros que não querem dar dinheiro e optam por ajudar com diversos itens dos quais necessitamos para fazer a casa funcionar. Recebemos leite, papel higiênico, chuchu, fralda, roupa para criança, brinquedo etc.

**M & S- Vocês se revezam na coordenação do projeto?**

SUSIE – Sim, nosso estatuto prevê que a cada três anos haja mudanças na diretoria e na presidência do Sorriso. E, caso chegue a hora em que isso aqui não dê mais certo, já cuidamos também para que a casa e todos os bens fiquem para um orfanato da cidade.

**M & S- Como a senhora se sente ajudando essas crianças?**

SUSIE – É muito gratificante, principalmente quando são bebês. Teve uma criança que chegou ao hospital com um mês de vida pesando menos do que tinha quando nasceu: 2,3 quilos. Nós a abrigamos, cuidamos dela e de sua mãe no projeto. Dois, três meses depois, o peso do bebê havia triplicado. Não tenho ilusões, sei que somos apenas uma gota d'água no copo. É um problema muito grande e, ao meu ver, as crianças são as principais vítimas dessa epidemia de Aids, seja porque pegam a doença da mãe ou porque convivem com ela. É como tirar a estrela do mar. Sei que muitas vão morrer no sol, mas aquela que nós pudermos ajudar, que pudermos devolver ao mar, já vale a pena. Receber o carinho dessas crianças e constatar que elas melhoraram, que estão nutridas, que ganharam um lar... Essas são nossas maiores recompensas. ■

PARA COLABORAR COM  
O PROJETO SORRISO

(24) 2242-4718 E (24) 2247-7595

No Edifício da Cinelândia, o Cremerj tinha 23 salas



# Um histórico de luta por melhores condições de trabalho

Movimento médico ganha em organização na defesa dos interesses da categoria

**H**á pouco mais de 40 anos, no auge da ditadura militar, não eram raros os casos de médicos cassados pelo regime autoritário ou de intervenções nos conselhos de Medicina. Para quem viveu aquela época, essas são recordações amargas demais para serem esquecidas facilmente. Mas trata-se de um cenário quase impossível para os mais jovens, que já começam a exercer a profissão diante de tamanha organização das entidades representativas – Conselho Federal de Medicina (CFM), Conselhos Regionais (CRMs), Associação Médica Brasileira (AMB) e Federação Nacional dos Médicos (Fenam).

A mais antiga delas, a AMB, completa 57 anos em janeiro deste ano. Com cerca de 250 mil sócios páis afora, tem como missão defender os interesses da categoria, zelar pela imagem do médico e pela prestação dos serviços. Os CRMs e CFM, que completaram 50 anos em 2007, são autarquias federais que têm autonomia administrativa e financeira. Já a Fenam, fundada em 1973, é a entidade que congrega todas as necessidades referentes ao trabalho médico. “As entidades não se substituem, se complementam”, observa José Luiz Gomes do Amaral, presidente da AMB há dois anos.

No Rio, porém, há muito o Cremerj ultrapassou o caráter fiscalizatório e punitivo para atuar como uma entidade de defesa dos médicos, ressaltam seus filiados, unânimes em apontar esta como a maior conquista do movimento médico no estado. Médica desde 1973 e ex-conselheira do Cremerj, Maria Alice Gosende Werneck Genofre acompanhou de perto a mudança de filosofia que, segundo ela, começou com a chegada dos representantes da atual gestão no conselho.

**“O conselho deve proteger o bom profissional, resgatar a sua dignidade. Fazendo isso está garantindo o bom atendimento à população.”**

María Alice Gosende Werneck Genofre



**“Ao lutarmos pela valorização dos médicos, estamos lutando em prol dos usuários das instituições.”**



Osmane Sobral Rezende

“Antes, quando havia queixa contra um médico no conselho, ele era imediatamente considerado culpado, para depois ter que provar sua inocência”, lembra Maria Alice, que trabalhou nas comissões de Ética do Cremerj. “O médico não tinha a quem recorrer. Quando a atual diretoria assumiu, percebemos que deu fim à perseguição que havia contra o médico. Na minha opinião, o conselho deve proteger o bom profissional, resgatar a sua dignidade. Fazendo isso está garantindo o bom atendimento à população.”

### **UMA REVOLUÇÃO NA GESTÃO**

Quem trabalha na saúde pública, como o cardiologista Serafim Ferreira Borges, tem exemplos práticos da revolução implementada pela atual diretoria no CRM fluminense. Funcionário há 14 anos do Instituto de Cardiologia Aloysio de Castro, no bairro carioca do Humaitá, e com passagem pelo Hospital Carlos Chagas, o médico recorda-se sem saudade das inspeções que eram feitas nos hospitais. “A gestão anterior tinha uma atuação muito restrita, a única coisa que fazia era fechar hospitais públicos. A emergência do hospital era fechada, mas o profissional continuava lá, atendendo do mesmo jeito. Era uma medida para inglês ver”, afirma.

A prática se repetia nos municípios menores. Osmane Sobral Rezende, patologista clínico de um laboratório em Cabo Frio, é outro crítico da maneira como os hospitais eram inspecionados anteriormente. “Havia uma falta de sensibilidade total, a antiga gestão do conselho chegava junto com a imprensa para fazer inspeções”, diz Rezende. “A principal mudança implantada pela atual gestão foi, sem dúvida, a defesa da Medicina. O médico passou a ser encarado como vítima do caos na saúde pública. Ao lutarmos pela



Hoje, o conselho ocupa um prédio, na Praia de Botafogo

valorização dos médicos, estamos lutando em prol dos usuários das instituições.”

Chefe do serviço de Oftamologia do Hospital dos Servidores do Estado e secretário-geral da Sociedade Brasileira de Oftamologia, Gilberto dos Passos é da mesma opinião: “A melhoria das condições de trabalho tem sido uma luta constante. O grupo atual tem marcado presença junto aos órgãos governamentais da capital, exigindo a aquisição de aparelhos e a melhoria das condições”.



*Agora temos um vínculo direto com o conselho, temos um órgão de defesa pertinho de nós. Isso trouxe muitas melhorias para quem trabalha na Baixada.*



Orlando Bottari Filho

Com a constituição de comissões de Saúde Pública, Ética Médica, e dos grupos de trabalho de Emergência e Materno-Infantil, que subsidiam e implementam as políticas do conselho, o Cremerj vem atuando não só por melhores condições de trabalho como por salários mais justos na saúde pública. E, quando o assunto são salários, uma conquista da atual gestão foi a implantação da tabela AMB, ainda na década de 90, fruto de uma luta vitoriosa com ampla participação dos médicos. Na época, com o salário da rede pública suficiente para sustentar uma medida mais dura, os médicos de consultório suspenderam o atendimento de todos os convênios particulares. Hoje, contam com reajustes anuais dos seguros e planos de saúde.

### **PRESENÇA NO INTERIOR**

O choque da atual gestão também é visível para os que atuam distante da capital. Nascido e criado na Baixada Fluminense, o diretor da Casa de Saúde Nossa Senhora de Fátima, em Nova Iguaçu, Orlando Bottari Filho comemora o maior acesso que hoje tem ao Cremerj, graças à inauguração de uma seccional da entidade no município. “Agora temos um vínculo direto

com o conselho, temos um órgão de defesa pertinho de nós. Isso trouxe muitas melhorias para quem trabalha na Baixada”, diz.

Atualmente, além de Nova Iguaçu, o Cremerj conta com mais 15 seccionais pelo interior do estado e cinco subsedes na capital. A sede do conselho, em Botafogo, foi ampliada e modernizada, o que permitiu melhor infra-estrutura para aqueles que a freqüentam. “Antes, o médico tinha dificuldade de acesso ao conselho. Até para pegar um documento era complicado”, ressalta Borges.

Médicos do interior aplaudem, ainda, o maior acesso a cursos de educação continuada, outra frente da atual gestão. Dermatologista e médico do Corpo de Bombeiros em Campos, Edilberto Pellegrini torce para que os cursos e palestras sejam cada vez mais freqüentes nas unidades do Cremerj no interior. “Eu já participei várias vezes, como palestrante e como ouvinte. Esses encontros são fundamentais, pois facilitam a troca de informação entre os profissionais”, elogia.

Os cursos de educação continuada acontecem regularmente durante o ano, nas áreas de Clínica Médica, Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia. Já as 46 câmaras técnicas e 21 grupos de trabalho – que atuam na integração com as sociedades de especialidade – promovem pelo menos um fórum a cada 12 meses. A atualização dos médicos também pode ser feita pelo site do Cremerj ([www.cremerj.org.br](http://www.cremerj.org.br)), no qual o filiado tem acesso à biblioteca do conselho, faz *download* de palestras e consulta a revistas nacionais e internacionais especializadas em Medicina, inclusive os mais de 130 títulos do acervo da Capes Periódicos. “A educação continuada em todas as áreas da Medicina foi um presente desta gestão para os profissionais”, endossa Borges.

### **CAMPANHA DE VALORIZAÇÃO**

Outro passo importante foi dado pelo Cremerj no ano passado, ao lançar a campanha “Quanto Vale o Médico?”. Foram espalhados cerca de 100 outdoors pelo estado, com informações sobre a realidade dos

hospitais e as péssimas condições de trabalho dos médicos, constatadas nas inúmeras fiscalizações com a participação do Ministério Público e das comissões de Ética do conselho, que fundamentaram mais de 50 ações civis públicas.

Manifestações por melhores salários e condições aconteceram na capital. Até novembro de 2007, cerca de 1,3 mil médicos do estado não haviam recebido os salários de abril, maio e junho. “A atual gestão, além de lutar pela qualidade do serviço médico, tem destacado a importância desse profissional no contexto da saúde”, enfatiza Bottari, de Nova Iguaçu.

Pellegrini também ressalta a relevância da campanha “Quanto Vale o Médico?”. “Para nós, o problema nunca foi a escassez de trabalho, mas a descaracterização da importância da atividade médica. Existe uma desvalorização muito grande, que se exarcebu recentemente”, relata. Ele observa, entretanto, que nos últimos anos o Cremerj tem se empenhado em mostrar que está ao lado dos médicos. “Nenhum dos meus pacientes veio criticar o que estava escrito nos folhetos da campanha. Ao contrário, eles concordam com tudo o que está lá. Assim como uma carreira se constrói ao longo de anos, essas mudanças também demoram.”

### **BENEFÍCIOS PARA TODOS**

A atual gestão do Cremerj congrega integrantes de várias sociedades de especialidade que se reuniam na Sociedade de Medicina e Cirurgia do Rio de Janeiro. Em 1993, venceram a eleição para o Cremerj e, em 1994, para o CFM. Começaram, a partir daí, a disseminar sua filosofia, cujo ideal se baseia no tripé da luta por melhorias na relação com os convênios, da valorização do médico, principalmente no setor público, e da maior atenção aos recém-formados.

Depois de três gestões no CRM fluminense, conquistas tanto para os recém-formados quanto para os veteranos. O Cremerj foi o primeiro conselho a entregar a carteirinha de imediato para o profissional recém-diplomado, acabando com a

burocracia. Foi pioneiro também na criação de uma comissão para os recém-formados, que reivindica a ampliação das vagas para residência médica e a valorização dos preceptores, além de incentivar a iniciação científica premiando anualmente os melhores trabalhos.

Os médicos com mais de 70 anos não foram esquecidos. Em 1998, apesar de orientações contrárias, o Cremerj valeu-se de sua autonomia para, desde então, dispensar os veteranos do pagamento de anuidade. “Outra marca da nossa gestão tem sido as lutas incessantes contra a proliferação das escolas médicas e pela regulamentação do Ato Médico”, ressalta Márcia Rosa de Araujo, presidente do Cremerj.



*É um grupo que busca intervir na falta de condições de trabalho na rede pública e discute o tema junto à sociedade, ampliando o leque de alianças dos médicos.*



Eduardo Santana

Quem vê de fora, também elogia a atuação da atual gestão. “Tenho um respeito muito grande pelo grupo que hoje coordena o Cremerj. É um grupo que busca intervir na falta de condições de trabalho na rede pública e discute o tema junto à sociedade, ampliando o leque de alianças dos médicos”, afirma Eduardo Santana, presidente da Fenam.

Ações para ilustrar a evolução e a importância da atuação tanto do Cremerj quanto dos demais CRMs ao longo dos anos não faltam. Poucas, porém, são capazes de reconhecer a persistência dos médicos, principalmente em meio à atual crise da saúde. “Por isso é que uma das coisas mais gratificantes à frente do Cremerj tem sido a iniciativa de homenagear os médicos com mais de 50 anos de formatura”, resume Márcia Rosa. ■



Fotos de Roberto Rosa / Grupo Queiroz Galvão

# Via-crúcis pelas ruas do Rio

Propostas para desafogar as ruas não saem do papel e engarrafamentos viram rotina no cotidiano carioca

Duplicação da Avenida das Américas, Linha 4 do metrô e corredor T-5 são promessas que quem mora no município do Rio de Janeiro já cansou de ouvir. Para se ter um idéia de como as mudanças no trânsito são lentas, basta lembrar do corredor T5 – que ligaria a Barra da Tijuca à Penha e diminuiria em até 15% o número de veículos que circulam diariamente na Avenida Ayrton Senna –, discutido há pelo menos 10 anos. O que não muda é a rotina de quem precisa cruzar a cidade para trabalhar e que ano após ano se programa para sair de casa cada vez mais cedo para não chegar atrasado ou perder o compromisso.

“Moro em São Conrado e levo em média uma hora e quinze minutos para chegar a Botafogo, passando pela

Lagoa. Não importa se passo por ali antes das 8h, às 9h ou às 10h, sempre tenho que sair muito cedo de casa para garantir que vou chegar no horário, pois os pacientes, especialmente os que serão operados, não podem ficar esperando”, diz o cirurgião Rui Haddad.

Morador de Niterói, o obstetra Sidney Rocha de Mattos Junior também enfrenta problemas diários para chegar à Maternidade Carmela Dutra, no Lins. “Faz cinco anos que faço este caminho e só vejo o trânsito piorar. Circular pelas ruas de Niterói é complicado. A ponte Rio-Niterói é outro trajeto sem solução, engarrafa diariamente”, afirma Mattos, que nos fins de semana evita fazer programas no Rio para não ter que cruzar a ponte.

Segundo Fernando MacDowell, doutor em Engenharia de Transporte, uma das soluções para evitar tanta perda de tempo em congestionamentos na Lagoa é transformar a Avenida das Américas em via expressa e criar uma nova Lagoa-Barra. “O ideal seria criar uma onda verde ou sem sinal que fosse da Avenida Paulo de Frontin, no Rio Comprido, à Barra. O tráfego de quem circula apenas pela Barra ficaria segregado naquelas ruas laterais, permitindo que quem vai da Zona Sul para a Barra, por exemplo, só andasse na via expressa. As pessoas perderiam menos tempo”, diz.

Em maio do ano passado, o prefeito César Maia se reuniu com moradores da Barra e prometeu que a duplicação da Avenida das Américas, no trecho do Recreio, vai sair do papel ainda em sua gestão. “É uma obra urgente”, disse à época. Mas até dezembro do ano passado, as obras, orçadas em R\$ 50 milhões, ainda não haviam começado, prejudicando gente como o médico Manuel Ilídio, que faz rotineiramente o trajeto Barra-Centro-Barra e já está acostumado aos engarrafamentos. Segundo os especialistas em trânsito, mais de 400 mil pessoas se deslocam diariamente pelo corredor Barra-Zona Sul-Centro. E essa ligação continua sendo feita exatamente como há 30 anos.

### PROJETOS ENGAVETADOS

Enquanto a duplicação da Avenida das Américas é promessa, a Linha 4 do metrô está cada vez mais longe de se tornar realidade. O ramal que ligaria o Centro à Barra foi descartado pelo prefeito. “Até o fim do meu governo, as obras não começam. A Procuradoria Geral do município não aprovou o trajeto inicial”, afirma César Maia. Outro plano do prefeito que ainda não foi posto em prática são as linhas de ônibus circulares para a Barra. A idéia inicial era que comessem a trafegar logo após os Jogos Pan-Americanos, que aconteceram em julho passado. “A Prefeitura podia investir nisso, porque os cariocas usam o transporte público e esses ônibus desafogariam as ruas. Quem não usa são as pessoas que precisam ir a vários lugares em um só dia e não podem ficar reféns dos ônibus ou do metrô”, observa MacDowell.

### Dicas para diminuir o tempo perdido no trânsito

§ Motoristas que trafegam pela Linha Amarela, entre 7h e 9h30min, em direção à Barra ou ao Centro, devem pegar a faixa seletiva. O tempo de viagem pode ser encurtado em até 50%

§ Quem mora no Recreio e costuma passar pelas avenidas das Américas e Ayrton Senna para ir para o Centro, pode optar pela Estrada dos Bandeirantes. Os que moram em Jacarepaguá evitam congestionamentos nessas vias pegando a Estrada de Jacarepaguá

§ Moradores da Barra que precisam ir ao Centro antes das 10h andam mais rápido se forem pela orla do que pela Linha Amarela

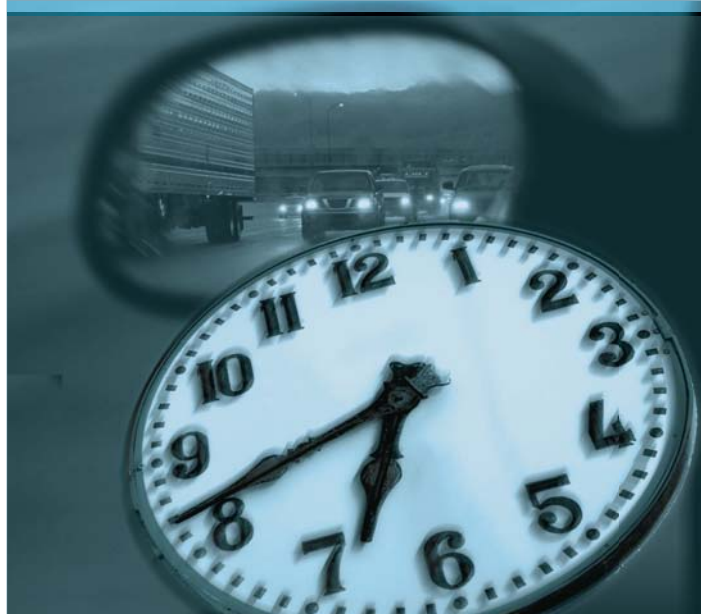
§ Depois das 16h30min, a Avenida Niemeyer é o melhor caminho para quem sai da Barra em direção à Zona Sul

§ A Lagoa deve ser evitada sempre que possível. A orla é a melhor alternativa para quem precisa cruzar a cidade

§ Ao sair do túnel Zuzu Angel, a melhor alternativa é a orla do Leblon. O motorista deve evitar a Rua Jardim Botânico, mesmo que vá para Botafogo ou Flamengo

§ Motoristas que saem de Botafogo e vão para outros bairros da Zona Sul não devem trafegar pela Rua Jardim Botânico. O melhor caminho é a orla

§ Quem sai de Niterói e vai para a Zona Sul deve optar pela Perimetral e pelo Aterro do Flamengo. Quem vai para o Centro deve trafegar pela Perimetral





É o caso de Haddad, que além de trabalhar em Botafogo atende no Hospital do Fundão, na Ilha do Governador, e em Copacabana. Ainda que, segundo ele, a Linha Vermelha esteja menos engarrafada que a Lagoa, é preciso armar uma estratégia para não ficar preso no trânsito. “Se o meu expediente no hospital acabar antes das 11h, eu espero até o meio-dia para evitar pegar muito trânsito. Fazer hora é uma rotina pra mim. Raramente vou em casa se tenho duas ou três horas livres entre um compromisso e outro. Acabo indo ao shopping, gastando dinheiro desnecessariamente, para não ter que voltar para casa, onde eu ficaria no máximo por meia hora, já que o restante do tempo livre seria passado no trânsito”, conta Haddad.

Mattos é outro que estabeleceu suas próprias regras. Morador de Santa Rosa, em Niterói, ele já testou o uso de barcas e catamarãs. “Não me servem porque ao chegar na Praça XV eu tenho que pegar um ônibus até o Lins e o tempo ganho nas barcas é perdido nesse trajeto”, diz o médico, que também criou um esquema

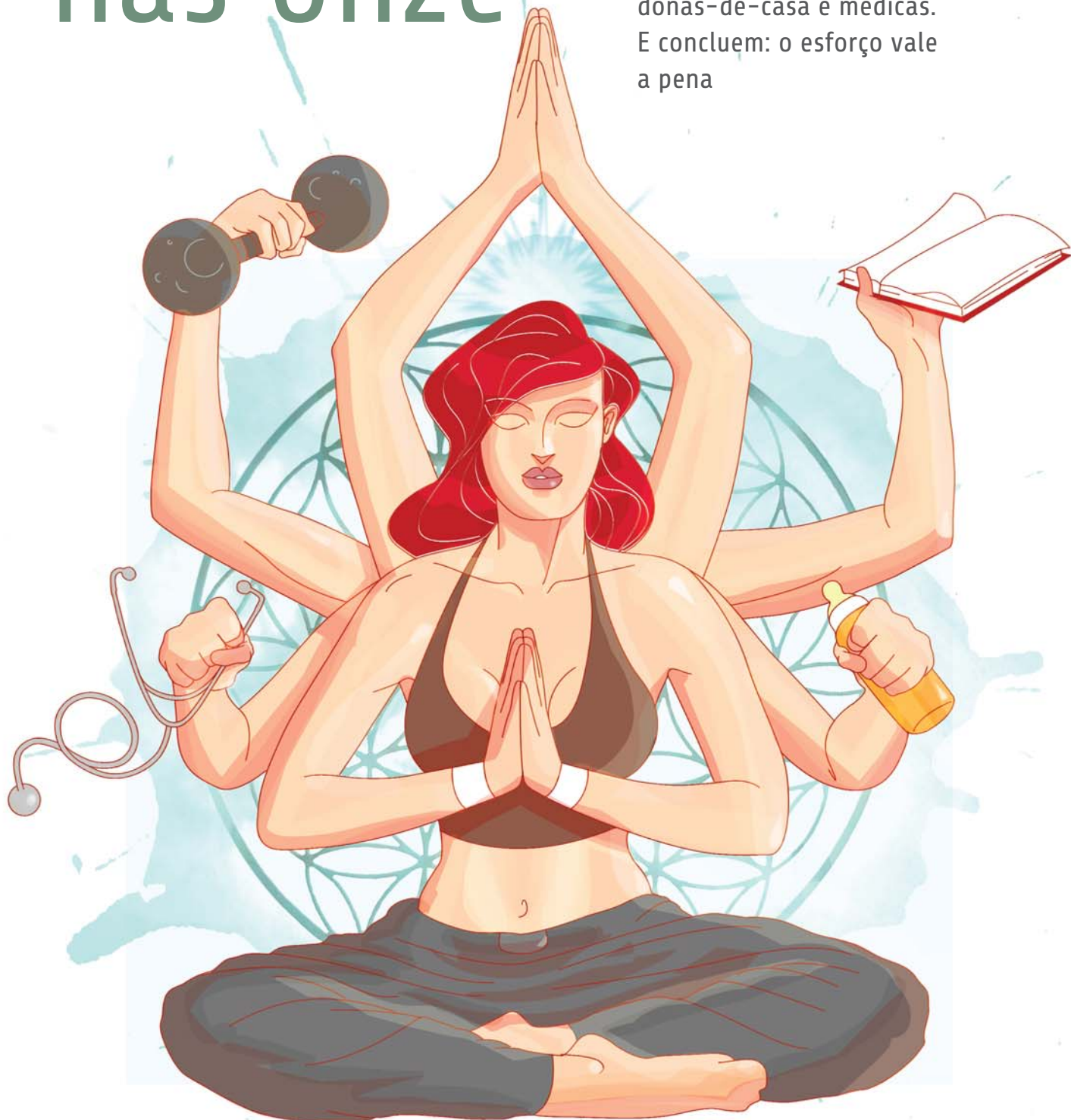
para não ficar mais tempo do que o normal retido na ponte no retorno de feriados. “Se não quiser ficar parado no mesmo trecho, o jeito é sair de casa antes das 6h30min. Quem mora em Niterói tem que se programar, porque só para chegar à ponte já se perde um tempo”, diz. Além de driblar a saída do Rio em feriados, às sextas-feiras Mattos só deixa a cidade rumo a Niterói depois que a noite cai.

Todas essas estratégias podem ir por água abaixo se for aprovado o rodízio de carros no Rio, nos moldes do que foi implantado em São Paulo. “Acho inviável, porque não se resolve problema com blá-blá-blá. É uma decisão drástica e quem puder vai comprar outro carro para continuar circulando”, diz MacDowell. Para Haddad, o rodízio só causaria mais dificuldades. “Em São Paulo, o programa foi aprovado porque resolve parte do problema de poluição. Não temos essa necessidade no Rio”, diz. “Dependo do carro porque corro de um lugar para o outro.” Mattos também não aprova a medida. “Eu teria que ter dois carros para continuar trabalhando. Seria melhor que solucionassem o problema, mas não é isso que vemos. Alguns amigos meus desistiram de morar em Niterói porque não agüentavam mais perder tantas horas do dia dentro de um carro.”

Além das horas perdidas, algumas vezes os médicos vivem uma verdadeira agonia presos nos engarrafamentos da cidade. Haddad lembra que há alguns anos estava na Tijuca ao receber uma chamada urgente para atender um paciente na Gávea. “Saí correndo e quando cheguei na Rua Jardim Botânico estava tudo parado. Foi no começo da década de 90, os celulares não eram comuns. Fiquei apreensivo e não tinha como avisar que ia me atrasar. Como sabia que o estado do paciente era grave, comecei a pensar que eu não ia chegar e ele morreria. Vi que só restava rezar porque o trânsito não ajudava em nada”, lembra. “Infelizmente, depois de tantos anos, a situação só piora. Fazem muitas promessas, mas quem circula de carro sabe que raramente há guardas orientando os motoristas e também que já passou da hora de discipliná-los.” ■

# Elas jogam nas onze

Mulheres revelam como dão conta de serem mães, donas-de-casa e médicas. E concluem: o esforço vale a pena



**E**las cuidam da casa, do marido e dos filhos. Fazem compras no supermercado, administram o orçamento doméstico e conseguem arrumar tempo para dar um pulinho no cabeleireiro. Como se não bastasse, ainda se dedicam a salvar vidas. Só mesmo o amor à Medicina para fazer com que as mulheres se desdobrem nos papéis de mãe, dona-de-casa e profissional da área de saúde. Um amor que resiste não só à falta de tempo, mas também a muitas cobranças e preconceito.

A história da mulher na Medicina nunca foi fácil. A primeira a trilhar seu caminho por esta dura estrada foi Maria Augusta Generoso Estrela, uma filha de portugueses que com apenas 15 anos embarcou, em 1875, num navio para os Estados Unidos em busca de seu ideal. Obcecada pela idéia de tornar-se médica desde que viu uma notícia no jornal, Maria Augusta convenceu seu pai a mandá-la para Nova York. O motivo? No Brasil, as mulheres eram proibidas de freqüentar as faculdades de Medicina, o que perdurou até 1879.

O poder de persuasão da moça foi posto à prova novamente quando ela desembarcou em solo americano. Ao chegar à New York Medical College and Hospital for Women, Maria Augusta quase teve de voltar para o Brasil por ter menos de 18 anos. Pediu uma audiência para que, ao vivo, explicasse os motivos pelos quais queria ser médica. Enfrentou a

banca e convenceu a congregação a deixá-la fazer a prova. Foi aprovada com distinção.

A ousadia e o pioneirismo de Maria Augusta também foram seus grandes aliados quando a empresa de seu pai sofreu um revés financeiro. A jovem teria de voltar ao Brasil, já que sua família não tinha mais como custear seus estudos. Ao saber da situação, o imperador Dom Pedro II se sensibilizou e ordenou, por meio de um decreto de 1877, que fossem concedidos os subsídios necessários para a formação de Maria Augusta.

Ao se graduar, em 1879, Maria Augusta teve de esperar dois anos para atingir a maioridade e, só então, receber o diploma. Neste período, freqüentou cursos, estagiou em vários serviços médicos e produziu um periódico chamado *A Mulher*. Na primeira edição, incentivava jovens a lutarem pela sua independência e a se dedicarem ao estudo da ciência. Trazia ainda a biografia de mulheres notáveis e estimulava as meninas a lutarem por seus direitos.

No mesmo ano de 1879, motivado pelo sucesso de Maria Augusta, Dom Pedro II venceu o preconceito e colocou a carreira médica, antes exclusivamente masculina, ao alcance da mulher. O imperador abria as portas da faculdade ao público cor-de-rosa.

*A história da mulher na Medicina nunca foi fácil. A primeira a trilhar seu caminho por esta dura estrada foi Maria Augusta Generoso Estrela, uma filha de portugueses que com apenas 15 anos embarcou, em 1875, num navio para os Estados Unidos em busca de seu ideal. Obcecada pela idéia de tornar-se médica desde que viu uma notícia no jornal, Maria Augusta convenceu seu pai a mandá-la para Nova York.*

“ Encarei a maternidade, a profissão e as minhas campanhas com a mesma seriedade. Houve épocas em que eu ficava com os meninos de manhã, ia para o plantão e depois emendava nas campanhas. ”

Maria Augusta Tibiriçá

Maria Augusta finalmente se formou em 1881 e voltou para casa um ano depois como a primeira médica brasileira. Desembarcando no Rio, marcou uma audiência com Dom Pedro II, na qual conversaram sobre o futuro da Medicina no Brasil, a importância da mulher e o serviço que ela prestaria ao país. Validou seu diploma depois de fazer as provas da Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro.

Dois anos depois de seu retorno ao país, Maria Augusta se casou com Antonio Costa Moraes. Apesar dos ciúmes do marido farmacêutico, ela nunca largou a profissão e continuou clinicando para mulheres e crianças em seu consultório. Muitas vezes atendia de graça. Teve cinco filhos e, com a morte do companheiro, precisou se dedicar quase que exclusivamente à família. Mas volta e meia era

consultada por colegas quando eles se deparavam com um diagnóstico mais difícil. Morreu aos 86 anos, com a certeza de dever cumprido, em casa e no consultório.

### ÍCONE DE UMA NOVA GERAÇÃO

Quando Maria Augusta de Toledo Tibiriçá Miranda se formou pela Universidade do Brasil, em 1941, os tempos eram outros. Sessenta anos já tinham se passado desde a formatura de Maria Augusta Estrela, mas as mulheres ainda eram minoria na faculdade de Medicina.

“A minha turma era de 170 alunos e tinha só 10 mulheres”, lembra Maria Augusta, a Tibiriçá, do alto de seus 90 anos, muitos deles dedicados à saúde pública. “De sorte, já era o deslanchar de uma



Foto de arquivo pessoal

nova era. Nós fomos pioneiros, mas a Maria Augusta Estrela já tinha aberto o caminho.”

O contato de Maria Augusta Tibiriçá com a Medicina começou quando ela ainda era criança. Sua mãe, Alice, promoveu as maiores campanhas contra hanseníase da época e ela, desde menina, a acompanhava por toda parte: hospitais, leprosários e institutos de saúde mental. “Quando chegou a hora do vestibular, eu ainda hesitei entre Direito e Medicina”, lembra.

Dona Alice, sempre à frente de seu tempo, queria que os filhos fossem independentes. E como achava que Maria Augusta era apegada demais a ela, embarcou a filha de 17 anos em um trem em São Paulo, onde moravam, rumo ao Rio de Janeiro. Maria Augusta Tibiriçá completou seus estudos

trabalhando no Ministério da Aviação onde, depois de formada, foi transferida para a seção médica. As consultas à tarde no ministério, por onde se aposentou, eram conciliadas com a enfermagem da Santa Casa, onde a médica batia ponto toda manhã, sob a supervisão de Aloysio de Castro. A rotina contava ainda com campanhas médico-sociais – a exemplo de sua mãe – e forte participação sindical.

Nesse meio tempo, casou e teve três filhos. Quando estava prestes a se aposentar, com 50 anos, resolveu fazer um curso de saúde mental na Escola Nacional de Saúde Pública, anexa ao Instituto Oswaldo Cruz, em Manguinhos, no Rio. “Tudo que era caso de Psiquiatria ia bater na minha seção no ministério”, justifica Maria Augusta Tibiriçá. “Comecei a resolver uns casos complicados e decidi que era nisso que eu queria me especializar.”

#### AGENDA SEMPRE CHEIA

Como a médica dava conta da agenda? “Ah, as mulheres sempre se viram”, ela ri. “Eu fazia as aulas práticas de manhã, na Zona Sul, passava em casa para resolver os problemas, ia para Manguinhos e, à noite, trabalhava no ministério.”

Abriu o consultório próprio quando os filhos estavam adolescentes e só parou de trabalhar depois de 50 anos de formada. “Encarei a maternidade,



“Quando a minha primeira filha nasceu, eu tinha oito empregos, E olha que eu me virava. Nunca faltei a uma festa ou reunião de colégio.”

Regina Fernandes



a profissão e as minhas campanhas com a mesma seriedade. Houve épocas em que eu ficava com os meninos de manhã, ia para o plantão e depois emendava nas campanhas. O pior era quando tinha de viajar e os deixava para trás. Mas a gente acaba conseguindo... Ainda hoje eu faço cinco coisas ao mesmo tempo”, brinca Maria Augusta Tibiriçá, que tem 13 netos e três bisnetos.

Até hoje, 65 anos depois da formatura, Maria Augusta Tibiriçá se reúne com os colegas de turma anualmente. E, mesmo que de maneira mais devagar, continua ativa. “Ontem, por exemplo, fui a um simpósio na Uerj, à noite”, contou, no dia da entrevista.

Encarar a tripla jornada de mãe, dona-de-casa e médica parece mesmo ser a grande dificuldade das mulheres que optam por seguir a vocação de salvar vidas. Que o diga a pediatra Regina Fernandes, 53 anos. Mãe de duas filhas adolescentes, uma de 17

“Tive muita satisfação, tanto na carreira quanto na vida em família. E meus filhos acham o máximo ter uma mãe médica.”

Eunice Campos Mota

e outra de 14 anos, ela sua a camisa para dar conta de quatro empregos e estar presente na vida das filhas. Isso porque desacelerou o ritmo a partir de 2002, depois da morte de sua mãe, braço-direito na criação das meninas.

“Quando a minha primeira filha nasceu, eu tinha oito empregos”, diz Regina. “E olha que eu me virava. Nunca faltei a uma festa ou reunião de colégio, embora ainda assim me sentisse culpada por não ser tão presente. Eu queria dar mais, mas ao mesmo tempo sabia que não podia parar. Tinha o lado da realização profissional, da independência financeira.”

Já a ginecologista Eunice Campos Mota, 53 anos, não teve a mesma sorte. Quando sua primogênita Luciana, hoje com 30 anos, tinha quatro meses, sua mãe mudou-se para um bairro mais distante e o jeito foi recorrer à ajuda de empregadas. “Quando não se tem filhos até dá para conciliar. Eu e meu marido comíamos na rua, dávamos um jeito. Mas a quando a Luciana nasceu eu estava no quinto ano de Medicina. Dava plantão três vezes por semana”, lembra.

A ginecologista esperou sete anos para ter o segundo filho, Orlando, hoje com 23 anos. “Quando ele nasceu eu já tinha uma empregada fixa. Mas a cobrança veio quando eles já eram mais crescidos. Eu nunca ia à reunião da escola, nunca os via

“ A gente tem de se desdobrar em várias pessoas ao mesmo tempo, estar presente na família e garantir o padrão de uma boa qualidade de vida. ”

Andreza de Almeida e Albuquerque

cantar”, revela, com um pouco de culpa na voz. Arrependimento? Nenhum. “Tive muita satisfação, tanto na carreira quanto na vida em família. E meus filhos acham o máximo ter uma mãe médica”, orgulha-se Eunice, 34 anos de casada, 29 de profissão.

Regina também está feliz por ter apostado no sonho de ser médica. “A sua casa pode até não estar do jeito que você quer. Mas quando você consegue ajudar uma pessoa com o pouco conhecimento que tem e, ao mesmo tempo, vê seus filhos crescidos, com educação e personalidade própria, aí você entende que todo o esforço vale a pena”, diz a médica, que sonha agora em voltar a estudar e abrir uma clínica com outras três amigas.

### AMOR DE SOBRA

Ginecologista e obstetra há 25 anos, Andreza de Almeida e Albuquerque, 48 anos, não tinha nenhum médico na sua família. Mas com apenas 12 anos ela já sabia o que queria para o futuro. Conseguiu uma bolsa de estudos para freqüentar a Universidade Gama Filho, fez residência no Hospital dos Servidores e trabalhou por 10 anos na Pró-Matre. Atualmente, atende quatro dias na semana no Hospital da Lagoa e, diariamente, no consultório particular.

O casamento com um neurocirurgião acabou há cinco anos, mas até então ela e o marido se revezavam como podiam para criar Matheus, hoje



com 17 anos, e Juliana, 15. “Agora sou eu e Deus. A gente tem de se desdobrar em várias pessoas ao mesmo tempo, estar presente na família e garantir o padrão de uma boa qualidade de vida”, afirma.

Andreza persistiu em seu sonho e nunca pensou em parar. Agora, que os meninos estão mais crescidos, os dias são de mais tranquilidade. “Eles já usam o rádio-táxi para ir e voltar dos lugares, se unem aos amigos e andam em grupo por questões de segurança. Não exigem mais tanto a minha presença e até reclamam que eu pego muito no pé deles. Acho que é porque eu dei amor de sobra.”

Você acha, Andreza? A resposta vem quando perguntamos o que os meninos querem fazer “quando crescerem”... “Eles ainda não têm certeza, mas os dois querem prestar vestibular para Medicina.” Sinal de que a equação mãe-dona-de-casa-médica deu certo. Pelo menos na vida dessas mulheres. ■

# Paixão que só perde para o amor pela Medicina

Histórias de quem se desdobra para conciliar carreira e atividades tão diversas como pintura, literatura e música

**A**tividades como pintar, escrever livros, atuar ou tocar em uma banda podem acabar virando mais do que simples *hobbies* na vida de médicos capazes de encontrar tempo em rotinas atribuladas para não deixar de lado o que chamam de segunda paixão. É o caso de Pedro Franco, que desde 1961 concilia a carreira de cardiologista com a de escritor. Foi nesse ano que ele escreveu seu primeiro livro de contos. Vinte anos depois, publicou o segundo livro e não parou mais. Hoje, Franco coleciona prêmios literários – são 365, sendo 16 internacionais.

“Eu não imaginava virar escritor. Comecei me obrigando a escrever, aos 14 anos, porque era péssimo aluno em Português”, conta Franco, prestes a pôr o ponto final em seu oitavo livro, *O casario*, escrito a pedido da mulher com quem completa 50 anos de casado em fevereiro. “Aceitei porque ela, que sempre esteve ao meu lado e tanto me ajudou, vai desenhar a capa. Mas aviso que não é um livro de memórias. São 45 crônicas que falam de assuntos variados”, diz ele, que mesmo depois de tantos prêmios se considera muito mais médico que escritor.

“Quis ser médico depois que um tio me explicou o que era o eletrocardiograma. Antes, pensava em fazer Engenharia”, conta. “Fui aluno da Uni-Rio, diretor da instituição e pude dar aulas para o meu filho e para a minha neta Mariana, sem dúvida a minha maior emoção.”

Nem só os livros dividem o tempo do cardiologista com a Medicina. Franco é também autor de quatro peças de teatro que lhe valeram três prêmios, o último ganho em Minas Gerais no Dia do Médico. “Escrever faz parte do meu dia-a-dia. Gosto mais de criar contos do que crônicas e acho os contos policiais os mais difíceis, ainda mais se o autor não quiser recheá-los com sangue e sexo. Só os escrevo de férias, em Petrópolis. Para os outros temas não tenho restrições. A inspiração aparece, sento e escrevo.”

## CARREIRA EM PRIMEIRO LUGAR

Franco não é o único médico a dividir seu tempo com um *hobby* que só perde o primeiro lugar em uma lista de preferências para a Medicina. O gastroendoscopista Fernando Guigon aprendeu a



“Eu não imaginava virar escritor. Comecei me obrigando a escrever, aos 14 anos, porque era péssimo aluno em Português.”

Pedro Franco



“Conseguimos conciliar a banda, que não tem finalidade lucrativa, e nossas carreiras.”

Fernando Guigon

tocar violão aos 11 anos. Levou a sério e, durante os dois primeiros anos da faculdade, chegou a estudar cinco horas por dia antes de abandonar o instrumento e se dedicar à carreira de médico. Tempos mais tarde, já trabalhando no Hospital da Lagoa, reuniu outros três médicos-músicos e fundou a banda Duo Deno, há 13 anos na estrada.

“Conseguimos conciliar a banda, que não tem finalidade lucrativa, e nossas carreiras. Além disso, gosto mais de tocar em grupo que sozinho. E olha que por anos toquei violão clássico”, conta Guigon, que já se apresentou com a banda no Programa do Jô, fez shows em Belo Horizonte, Maricá e Barra do Piraí e gravou dois discos, um em 1996 e outro 10 anos depois. “Tocamos especialmente samba e bossa nova, não somos muito de compor. Nossas músicas até podem ficar de fora de um show, mas *Apanhei um resfriado*, de Leonel Azevedo, e *O que será de mim*, de Ismael Silva, não podem faltar.”

Outro músico da Duo Deno é o médico Luiz Artur Juruena, chefe do setor de gastroenterologia e endoscopia do Hospital da Lagoa. Como Guigon, ele começou cedo a aprender um instrumento. “Aprendi a tocar clarinete aos 13 anos. Dois anos mais tarde,

comecei a ter aulas de sax-alto”, conta Juruena, que seguiu os passos do pai não só na carreira médica como também na música. “Meu pai tocava clarinete muito bem e era professor titular de Bioquímica da UFF. Sempre me apoiou na decisão de aprender a tocar instrumentos”, lembra.

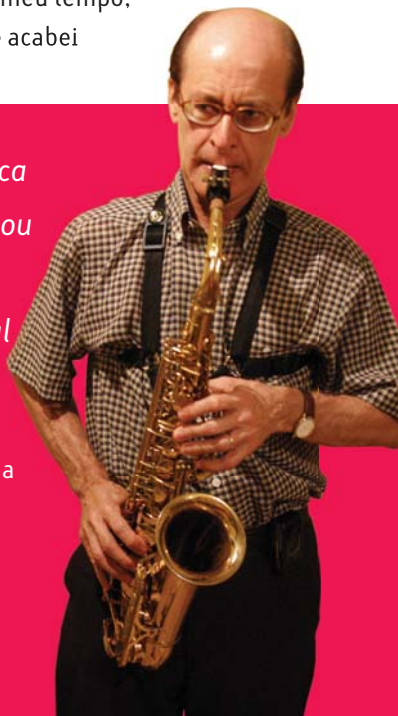
### ENSAIOS TODA SEMANA

Para que a banda não faça feio nos shows, o grupo ensaia religiosamente uma vez por semana. “Nos encontramos toda terça-feira em um estúdio em Botafogo. Ensaíamos lá há mais de 10 anos. Mesmo se for feriado, o estúdio abre e ninguém falta”, diz Guigon, que espera daqui a alguns anos diminuir o ritmo de trabalho para poder se dedicar mais ao grupo. “Vou estudar música quando estiver trabalhando menos. Atualmente trabalho em média 10 horas por dia, no Hospital da Lagoa e em uma clínica privada, sobrando pouco tempo para investir nessa outra carreira”, diz. Assim como ele, Juruena usa seu tempo livre para aprender mais e mais sobre música. “É indispensável para a minha vida. Graças à música e à banda eu sou uma pessoa e um profissional melhor.”

O que Guigon e Juruena querem – ter mais tempo para se dedicar à música – Antônio Lemme já conseguiu. Mas o clínico geral, que hoje só atende no próprio consultório, não é músico e sim ator. “Comecei a fazer teatro ainda jovem. Aos poucos, a Medicina tomou conta do meu tempo, ocupou todos os espaços e acabei

“Graças à música e à banda eu sou uma pessoa e um profissional melhor.”

Luiz Artur Juruena





“ A pintura é uma atividade prazerosa. Espero que continue sendo assim por muitos e muitos anos. ”

Kerman Gervásio de Moura

deixando os palcos de lado”, conta Lemme, que agora vem se especializando na arte de ser *clown*.

“Meu desejo é levar a arte *clown* para o Inca, onde encerrei a carreira pública. Não quero trabalhar com crianças, muitas pessoas já fazem isso e bem. Gostaria de me apresentar para pessoas da terceira idade, que muitas vezes estão no hospital longe de suas famílias”, diz ele, que já se arriscou também como escritor. “Escrevi o livro *Ouvindo e encantando pacientes*. Na festa de lançamento, entrei vestido de médico e saí de palhaço. Foi um momento muito especial para mim”, lembra. Fã incondicional de Raul Seixas, o médico também se apresenta vestido como o músico. “E como Carlitos, Chico Buarque e John Lennon”, diz Lemme, casado com uma colega que toca piano. “Ela me acompanha em algumas apresentações.”

### NA COMPANHIA DOS AMIGOS

Quem costuma acompanhar o pintor e cirurgião Kerman Gervásio de Moura em suas idas às praias de Niterói também são outros médicos. É nas areias de Icaraí, Itacoatiara, Camboinhas e Flechas que ele e os amigos pintam com a técnica *planair* – ao vivo, com a luz do dia e a cena que acontece naquele instante. “Comecei a pintar há uns 10 anos, mas sempre gostei de arte. Meu pai é bom desenhista, aprendi com

ele. Depois, tive acesso a alguns livros de pintores que retratavam praias e encostas e passei a me interessar.”

A atividade já teve data e hora para ser realizada. Durante algum tempo, Moura e os amigos se reuniam duas vezes por semana. Com o passar dos anos, ficou difícil manter a regularidade. “Nem sempre tenho tempo. A cirurgia toma muito espaço, embora eu não reclame porque sou um apaixonado pelo que faço”, afirma. “Mas a verdade é que um retrato que poderia ser pintado em dois dias acaba levando dois meses e aí eu me apego às obras e não as vendo. Para mim, a pintura é uma atividade prazerosa. Espero que continue sendo assim por muitos e muitos anos.” ■



“ Meu desejo é levar a arte clown para o Inca, onde encerrei a carreira pública. ”

Antônio Lemme



*Aula na By Fit,  
que oferece acqua jump,  
acqua bike e acqua flex*

# Boa forma debaixo d'água

Academias aumentam  
a oferta de exercícios  
na piscina

Com o verão, as academias ficam lotadas. E não só de gente que quer correr contra o tempo para recuperar a forma. Nessa época do ano, cada vez mais pessoas procuram atividades que possam ser feitas dentro d'água. A maioria acredita que os exercícios na piscina provocam menos lesões e ajudam a emagrecer mais rapidamente. Mentira.

“O que determina a perda de peso é a quantidade de calorias ingeridas e perdidas e não há nada que prove que se perde mais calorias em uma piscina”, diz Claudio Gil Soares de Araújo, especialista em Medicina do exercício e do esporte. “A água diminui o impacto das atividades, mas não quer dizer que as lesões possam ser facilmente evitadas”, completa. Mesmo

“ O que determina a perda de peso é a quantidade de calorias ingeridas e perdidas e não há nada que prove que se perde mais calorias em uma piscina. ”

Claudio Gil Soares de Araújo

assim, vale a pena conferir as novidades. Afinal, quando os termômetros batem os 40°C, praticar esportes dentro d'água é sempre mais prazeroso.

Professora há seis anos, Fernanda Bergher dá aulas na academia By Fit. “Quando comecei, as pessoas mais velhas eram maioria.” Isso mudou com as aulas de *acqua bike*, o *spinning* dentro d'água, *acqua jump*, com cama elástica na piscina, e *acqua flex*, uma espécie de alongamento. Agora, Fernanda se dedica às aulas de elástico debaixo d'água, a novidade da By Fit neste verão. “Fortalece as pernas, onde o elástico fica preso, enquanto o aluno faz os movimentos tradicionais da hidrogenástica”, diz.

Stella Torreão, do Espaço Stella Torreão, lembra que, na década de 70, a hidrogenástica era praticada somente por idosos. Os jovens, especialmente os

homens, viam a modalidade com preconceito. Com o passar dos anos, porém, descobriram que quem a pratica melhora a flexibilidade, a resistência e o reflexo. “Além disso, surgiram materiais para serem usados na piscina que aumentam a resistência e atendem aos mais jovens”, conta Stella, que para este verão aposta no *triaquastep*. “É uma atividade intensa que combina bicicleta, *step* e cama elástica dentro d'água.”

Já na Academia Upper, que tem um parque aquático com quatro piscinas na filial do Flamengo, a chegada do verão foi celebrada com uma grande aula de hidrogenástica. “Acreditamos que a procura por *hidromix*, que mistura a hidrogenástica tradicional com exercícios em uma cama elástica, vai crescer”, aposta Sumaia Nascimento, gerente do parque.

#### ACONSELHAMENTO MÉDICO É FUNDAMENTAL

Antes de se matricular em uma das novidades ou mesmo em uma modalidade já consagrada, o aluno deve consultar um médico. “Praticar exercícios sem passar por exames pode trazer complicações cardiovasculares, nem os mais jovens devem se arriscar”, diz o cardiologista e médico do esporte Marcos Brazão. “O ideal é recorrer a um especialista em cardiologia ou Medicina do esporte.” Dependendo da faixa etária, a avaliação vai do exame clínico acompanhado de eletrocardiograma à realização



By Fit



Espaço Stella Torreão

Fotos de divulgação

## Onde praticar

### § A! Body Tech

Rua General Urquiza, 102, Leblon  
Tel: 2529-8898

Aulas de *hidro tae boxe*, na qual os alunos reproduzem dentro d'água movimentos de artes marciais; de *hidropower*, com aparelhos flutuantes e pesos, e de *hidrorelax*, que mistura relaxamento e massagem

### § Academia Upper

Rua Marquês de Abrantes, 88, Flamengo  
Tel: 2554-8381

A academia conta com um parque aquático com quatro piscinas salinizadas, onde oferece aulas de natação para crianças a partir de quatro meses. Quem prefere um pouco mais de ação pode se matricular na aula de *hidromix*, que mistura hidroginástica com exercícios em uma cama elástica

### § By Fit

Rua Conde de Bonfim, 186, 2º andar, Tijuca  
Tel: 3234-5077

Oferece *acqua jump*, com exercícios na cama elástica; *acqua bike*, uma espécie de *spinning* dentro d'água; *acqua flex*, para alongar o corpo; e elástico na piscina, com movimentos da hidroginástica. Além disso, há aulas de natação para os que pretendem competir em travessias marítimas

### § Espaço Stella Torreão

Rua Fonte da Saudade, 146, Lagoa  
Tel: 2579-3138

A aposta para o verão é a aula de *triaquastep*, combinação de bicicleta, *step* e cama elástica. Também oferece aulas de *aquaspin*, que foi introduzida na América Latina pela professora Stella Torreão

### § Niterói Swim

Rua Mariz e Barros, 66, Icaraí  
Tel: 3602-2063

A academia tem aulas de *hidrobike*, hidroginástica e natação para crianças a partir dos seis meses

### § Rio Sport Center

Avenida Ayrton Senna, 2.541, Barra da Tijuca  
Tel: 3325-6644

Aulas de *spinning*, de cama elástica e exercícios subindo e descendo rampas em piscina aquecida. A academia oferece ainda natação e nado livre

de teste ergométrico em esteira, especialmente para homens acima dos 35 anos e mulheres acima dos 45.

Araújo, ex-nadador e acostumado a correr meia-maratona, aconselha ainda atenção a sintomas que podem sinalizar doenças graves. “Se, durante a aula, o aluno sentir palpitação exagerada, falta de ar, tonteira e dor no peito, deve procurar rapidamente um médico, mesmo que tenha passado anteriormente por avaliação física”, diz.

Cuidados observados, exercícios como natação e hidroginástica se tornam aliados no tratamento de algumas doenças. “Obesos e pessoas com sobrepeso se dão muito bem fazendo atividades aquáticas, enquanto quem sofre de asma encontra na natação mais do que uma maneira de manter a forma”, afirma Brazão. “Os pacientes de mal de Parkinson que praticam hidroginástica regularmente têm a ansiedade diminuída e a auto-estima elevada”, acrescenta. “E, como todos os outros alunos dessa modalidade, acabam com uma postura melhor, com mais flexibilidade muscular e coordenação motora.”

Mas, segundo Araújo, quem quer ter uma vida saudável praticando exercícios deve combinar os aeróbicos, como corrida ou natação, aos de fortalecimento muscular e aos de flexibilidade. Esse é o programa ideal para quem busca saúde e bom condicionamento. “Quem faz apenas um deles está cumprindo só uma parte.” ■



Espaço Stella Torreão

# A difícil decisão entre a vida e a morte

Polêmica em torno da ortotanásia vai parar na Justiça

**P**ara a maioria das pessoas, a morte é um assunto a ser evitado. Significa perda, dor, sofrimento e, portanto, só deve ser discutido quando é mesmo inevitável. No dia-a-dia dos médicos, porém, a realidade é outra. Oncologistas, cirurgiões, plantonistas em emergência lidam muito de perto

com doentes em fase terminal. São profissionais que dedicam anos aprendendo a salvar vidas, mas que muitas vezes ouvem de seus pacientes o pedido oposto. “A gente vê muita gente que não quer ser reanimada, que não quer respiração artificial, não quer que o sofrimento seja prolongado a ponto de perder a

dignidade”, diz Sergio Rego, pesquisador na área de bioética da Fundação Oswaldo Cruz e vice-presidente da Sociedade Bioética do Estado do Rio de Janeiro.

O que faz o médico diante de tal situação? Cumpre o desejo de seu paciente, mesmo correndo o risco de ser acusado de omissão de socorro? Ou o mantém vivo utilizando os recursos hoje existentes na Medicina? Órgão que regulamenta a prática médica, o Conselho Federal de Medicina (CFM) bem que tentou botar um ponto final na questão. Em novembro de 2006, publicou no Diário Oficial da União a Resolução 1.805/2006. Permitia, assim, que o médico limitasse ou suspendesse procedimentos que viessem a prolongar a vida do doente em fase terminal de uma doença incurável, desde que este fosse o desejo do paciente ou de seu representante legal. Na prática, a medida liberava a ortotanásia, garantindo ao paciente o acesso a todos os cuidados necessários para aliviar os sintomas de sofrimento, além de assistência integral, conforto físico, psíquico, social e espiritual, e direito à alta hospitalar.

### **BEM-ESTAR FÍSICO E EMOCIONAL**

Em seu texto de justificativa, a resolução do CFM ressalta que muitas vezes o profissional da área de saúde passa a se empenhar em tratar exclusivamente da doença, esquecendo que a missão principal deve ser a busca do bem-estar físico e emocional do enfermo. Diz o texto: “O médico é aquele que detém a maior responsabilidade da cura e, portanto, o que tem o maior sentimento de fracasso perante a morte do enfermo sob os seus cuidados. Contudo, nós, médicos,

devemos ter em mente que o entusiasmo por uma possibilidade técnica não nos pode impedir de aceitar a morte de um doente”.

A resolução acabou suspensa por liminar do juiz Roberto Luis Luchi Demo, da 14ª Vara Federal, que acatou pedido do Ministério Público Federal (MPF). Em maio de 2007, o procurador dos Direitos do Cidadão no Distrito Federal, Wellington Marques de Oliveira, entrou com uma ação civil pública argumentando que o CFM não tem poder para regulamentar sobre o direito à vida, matéria de competência exclusiva do Congresso Nacional. O procurador alertou ainda para o perigo de se vincular a possibilidade da ortotanásia à falta de recursos. O MPF teme que predomine o raciocínio de que vale mais a pena investir os recursos disponíveis em pacientes que têm maiores possibilidades de sobrevivência, em detrimento daqueles em estados terminais.

Teólogo e professor de filosofia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Olinto Pegoraro observa que o início e o fim da vida sempre foram assuntos discutidos do ponto de vista ético. “Para onde vamos? Esta é a grande pergunta”, afirma. “As religiões falam que vamos para a eternidade, mas é preciso ter fé para aceitar isso. Cada época da humanidade procurou dar a sua resposta para a questão.”

Para alguns filósofos, como Jean Paul Sartre, não existe nenhum tipo de transcendência, o homem é apenas um ser biológico. Outros, como Aristóteles,



“ Em casos específicos, a morte é um ato de compaixão que dá alívio para o paciente. Essa é a perspectiva que deve ser entendida pela sociedade. ”

Sergio Rego

“ O médico deve acolher o paciente na sua decisão, mas precisa agir com responsabilidade, ajudando-o na tomada da decisão e criando um diálogo entre os membros da família.”

Carlos Dimas



acreditam que o homem morre, mas a franja espiritual da inteligência permanece. Há ainda os que pregam que a imortalidade é viver na memória dos que nos cercam. Por isso, a variedade de crenças é o que faz da eutanásia e da ortotanásia temas tão complexos. “Segundo uma visão teológica antiga, não se pode tocar nos confins da vida. Isso é assunto de Deus. É Ele quem dá e tira a vida quando bem entender”, diz Pegoraro. “Mas do ponto de vista ético-filosófico, a discussão é outra. Hoje o ser humano pode decidir quando morrer exatamente como decide quando casar, com quem casar e quando ter um filho. Esses são atos de liberdade tão importantes quanto decidir quando se deve prolongar a vida”, defende.

### CONFLITO RELIGIOSO

Segundo o teólogo, não há sequer conflito religioso se, diante de uma doença terminal, o paciente pede pela morte. “Ele respeitou o dom da vida que Deus lhe deu e, assim como Cristo, está entregando nas Suas mãos a vida”, afirma, acrescentando que a eutanásia é permitida em países de forte formação religiosa, como a Holanda e a Bélgica. Ainda na opinião de Pegoraro, não há nada mais indigno do que a distanásia. “Hoje é possível manter alguém em vida artificial por anos, indefinidamente”, diz. “Mas isso é prolongar uma vida futilmente, é uma aberração que clama a qualquer senso ético.”

Médico e professor do Instituto de Saúde da Comunidade da Universidade Federal Fluminense (UFF), onde desenvolve pesquisas no campo da bioética, Carlos Dimas defende que as sociedades

democráticas criem condições sociais, econômicas, culturais e políticas para que todas as pessoas possam escolher o modo de vida que preferirem, o que inclui a forma de morrer. “Em todo esse debate, a figura do paciente parece desaparecer, mas ele é, para mim, quem deve decidir, com autonomia e com base nos seus próprios valores, qual é o tempo certo de morrer, depois de ter sido informado sobre a sua condição clínica e refletido sobre ela”, opina. “O médico deve acolher o paciente na sua decisão, mas precisa agir com responsabilidade, ajudando-o na tomada da decisão e criando um diálogo entre os membros da família.”

Rego também sai em defesa da resolução do CFM que, na sua avaliação, só viria a legitimar uma prática que ocorre no país há muito tempo. “O compromisso com a dignidade, um princípio constitucional, impede que haja sofrimento desnecessário. Em casos específicos, a morte é um ato de compaixão que dá alívio para o paciente. Essa é a perspectiva que deve ser entendida pela sociedade. Eu, pessoalmente, não acho digno prolongar uma agonia por muito tempo”, diz. “Mas, muitas vezes, por falta de amparo, o médico é constrangido a não optar pela ortotanásia.” Apesar de lamentar que a resolução do CFM tenha sido suspensa, Rego vê com tranquilidade a postura da Justiça brasileira. “Os juízes têm de garantir o cumprimento da lei. Se acham que algum direito está sendo ameaçado pela resolução, tinham mesmo é de impedi-la”, diz. “Só lamento que isso venha a trazer mais constrangimento para pacientes, familiares e profissionais envolvidos nessas situações.” ■



Foto de Daniel de Granville

Gruta do Lago Azul, em Bonito

# Férias com aconchego e tranquilidade garantidos

Chancela Roteiros do Charme assegura bom atendimento em hotéis país afora

Cama dura, chuveiro com pouca água, péssimas acomodações. Seja Paris ou Fernando de Noronha o destino de sua viagem, tropeços no atendimento ou nas instalações do hotel podem colocar por água abaixo todo o planejamento das férias. Para não deixar o turista frustrado, há 15 anos nascia no Brasil a Associação de Hotéis Roteiros de Charme, entidade cuja chancela dá credibilidade aos hotéis e garante bons serviços. De estabelecimentos requintados a despreziosas pousadas, há opções para todos os bolsos. Em comum, a certeza de surpresas positivas.

A associação qualifica os hotéis de acordo com o propósito a que eles se dispõem. Entre os mais pitorescos estão aqueles instalados em fazendas históricas ou casarões tombados. Caso do Solar do Império, em Petrópolis, a cerca de uma hora de carro do Rio. Bem pertinho de atrações como o Palácio de Cristal ou o Museu Imperial, o turista encontra no Solar toda a imponência da época de Dom Pedro II. Há cerca de dois anos, o casarão de 1875, tombado pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan), foi todo recuperado e ganhou os recursos necessários para que o hóspede encontre tradição e conforto num só lugar.

A casa neoclássica, erguida por Joaquim Antônio dos Passos, um português que comercializava café no distrito de Pedro do Rio, hoje tem piscina aquecida e coberta, sauna seca e a vapor, *spa* com ofurô e até área para massagem. As antigas cocheiras foram restauradas e viraram três salões para eventos, como reuniões empresariais e festas.

Charme e sossego também são palavras-chave no Parador Casa da Montanha, em Cambará do Sul, região dos cânions da Serra Gaúcha. Integrante do Roteiros de Charme há dois anos, o hotel está na categoria ametista. Ou seja, um refúgio em paraíso ecológico, onde decoração e serviço despreziosos guardam identidade com a região. De fato, ali a hospedagem é bem peculiar. No Parador, o visitante fica em barracas térmicas construídas de frente para um rio, com vista panorâmica dos capões de araucárias. A idéia é que se possa aproveitar a beleza natural da região sem ser importunado pelo frio típico do Rio Grande do Sul.

Uma casa de banho aquecida promete dar uma ducha de água fria no estresse. Para os que preferem aventura, são oferecidos passeios a cavalo, bicicleta, banho de cachoeira, pesca esportiva e roteiros que levam à



Petrópolis



Arraial d'Ajuda

exploração dos magníficos cânions do Parque Nacional Aparados da Serra. É ali que está o Itaimbezinho, que de diminutivo só tem o nome. Com extensão de 5,8 mil metros e largura que varia de 200 a 600 metros, o cânion tem profundidade máxima de 720 metros. Uma vegetação baixa dá tons amarelados e avermelhados às suas paredes. Para completar a paisagem, a queda do Rio Perdizes, formando a cascata Vêu da Noiva.

### MERGULHO NA NATUREZA

Ainda na categoria ametista, o Hotel Santa Esmeralda, em Bonito, Mato Grosso do Sul, proporciona um mergulho na natureza. O cenário – diferente, mas tão belo quanto o do Sul do país – é composto por cachoeiras, piscina natural para banhos e pontos de mergulho livre. O terreno do hotel é cortado pelo Rio Formoso e colete, máscara e snorkel para flutuação já estão inclusos na diária.

Uma infinidade de peixes, pássaros e toda a fauna do cerrado podem ser contemplados neste paraíso, idealizado pelo arquiteto Rogério Valsani Sobrinho e sua mulher, a engenheira Rosana Valsani. Apaixonado por Bonito, o casal abandonou a vida na cidade grande para administrar o hotel. E, cá entre nós, os arranha-céus paulistas não têm mesmo como competir com a beleza da cidade.

Por falar em lugar bonito, o Nordeste não pode ficar de fora quando o assunto são paisagens deslumbrantes. Neste pedacinho de terra abençoado por Deus, a associação também tem os seus representantes. Um deles é a Pousada Pitinga, filiada desde 1997 ao Roteiros do Charme e situada em Arraial d'Ajuda, litoral Sul da Bahia.

Em um terreno de 9 mil metros quadrados, a Pitinga fica à beira-mar, cercada por coqueiros. Na maré baixa, os arrecifes formam piscinas naturais de um verde estonteante. Para quem não é fã de água salgada, a piscina foi construída junto à praia, diante do mesmo cenário hollywoodiano. Redes penduradas nas varandas, spa e massagem completam o cardápio de mordomias. A pousada é classificada como água marinha, cuja decoração, serviço singelo e capricho refletem os costumes locais.

Localizada a 17° de latitude – a mesma de Bali, na Indonésia –, Arraial d'Ajuda foi descoberta pelos hippies dos anos 70 e atrai até hoje esotéricos e alternativos, seduzidos pela atmosfera única que envolve a cidade. Mas, crenças à parte, sua exuberância é uma unanimidade. ■



Fotos de divulgação



Foto de Enio Frasseto

Cambará do Sul

## Serviço

§ *Associação de Hotéis Roteiros de Charme*

Rua Visconde de Pirajá, 414, salas 921 e 922

Rio de Janeiro, Rio de Janeiro

Tels: 0800-25-15-92 / 2287-1592 / 2522-1102

[www.roteirosdecharme.com.br](http://www.roteirosdecharme.com.br)

§ *Hotel Santa Esmeralda*

Antiga Rodovia Bonito/Guia Lopes, km 17

Bonito, Mato Grosso do Sul

Telefax: (67) 3255-2683

[www.hotelsantaesmeralda.com.br](http://www.hotelsantaesmeralda.com.br)

Suíte bangalô dupla, com café da manhã e jantar, diária de R\$ 215, na baixa temporada, e R\$ 275 na alta temporada

§ *Parador Casa da Montanha*

Estrada do Faxinal, Fazenda Camarinhas, Morro

Agudo

Cambará do Sul, Rio Grande do Sul

Telefax: (54) 3504-5302

[www.paradorcasadamontanha.com.br](http://www.paradorcasadamontanha.com.br)

A barraca luxo (sem ducha no interior do quarto) sai a R\$ 350 a diária, para o casal, com meia pensão.

Já a barraca suíte, que tem até *jacuzzi*, sai a R\$ 649, também com meia pensão

§ *Pousada Pitinga*

Praia de Pitinga, 1.633

Arraial d'Ajuda, Porto Seguro, Bahia

Tel: (73) 3575-1067

[www.pousadapitinga.com.br](http://www.pousadapitinga.com.br)

Diárias para duas pessoas, com café-da-manhã, de R\$ 324 a R\$ 466 (baixa estação) e de R\$ 378 a R\$ 584 (alta estação)

§ *Solar do Império*

Avenida Koeler, 376, Centro Histórico

Petrópolis, Rio de Janeiro

Tel: (24) 2103-3000

[www.solardoimperio.com.br](http://www.solardoimperio.com.br)

Suíte Imperial com diárias de R\$ 343 (de domingo a quinta-feira) e R\$ 431 (sexta, sábados e feriados), café-da-manhã incluído

# O milagre da multiplicação

Aprenda como investir em tempos de dólar baixo e juros em queda

Com os juros em queda e a baixa do dólar frente ao real, quem quiser aplicar seu dinheiro em fundos de renda fixa, Certificados de Depósito Bancário (CDBs) ou mesmo na Bolsa de Valores precisa tomar cuidado. Em tempos assim, de rentabilidade menor, o investidor deve primeiro definir o tipo de risco que quer correr e só então se aventurar no mercado financeiro. Tudo para evitar que o capital se perca e a frustração tome conta de um momento que deve ser de euforia, já que o objetivo de todos é multiplicar o dinheiro.

“Quem é avesso ao risco e consegue poupar até R\$ 1 mil por mês deve optar pelos fundos de renda fixa e Certificados de Depósito Bancário (CDBs) para não perder dinheiro”, aconselha o economista Istvan Kasznar, professor da Fundação Getúlio Vargas (FGV) e presidente da Institutional Business Consultoria Internacional (IBCI). Os que são moderadamente arriscados e têm até R\$ 5 mil mensais para investir podem escolher aplicar nas ações de empresas tradicionais, consagradas, que oferecem pouco risco. “São as que chamamos de *blue chips*, ações de empresas de grande porte e elevada liquidez, como Bradesco, Itaú, Grupo Gerdau, Unibanco, Vale e Petrobras”, diz Kasznar.

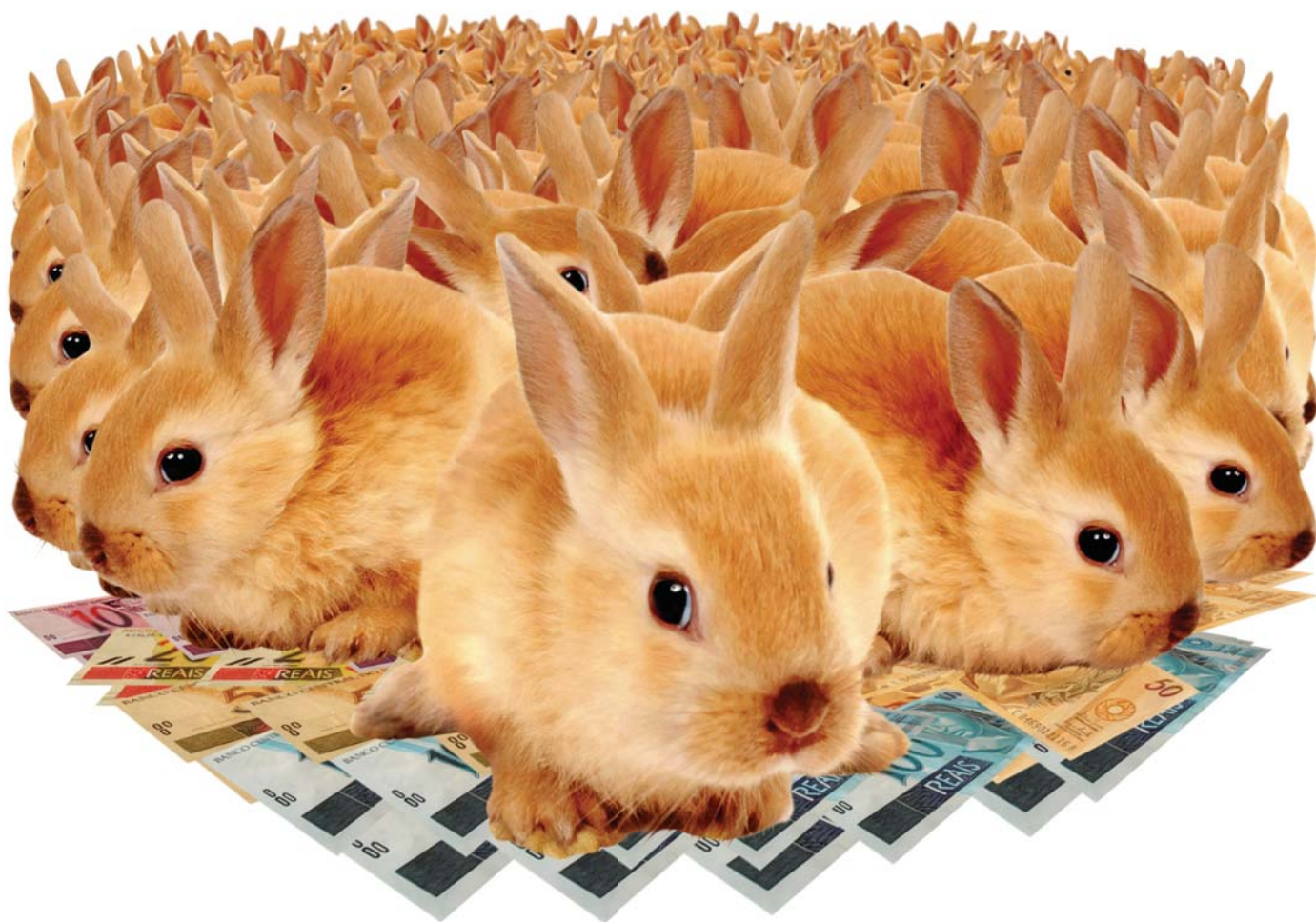
Já quem tem mais de R\$ 5 mil disponíveis por mês e se encontra na categoria dos amantes do risco pode

diversificar e optar por fundos de ações mais ousados. “No entanto, antes de começar qualquer aplicação, o investidor tem que analisar cuidadosamente seu próprio perfil. É a melhor maneira de não ter uma experiência ruim, especialmente em um momento como esse que estamos vivendo, com baixa do dólar e queda dos juros”, enfatiza o professor.

## RENDIMENTO SUPERIOR À POUPANÇA

O próximo passo, segundo Kasznar, para quem escolhe aplicar em CDBs, por exemplo, é não esquecer a diferença entre o rendimento líquido e o rendimento bruto. “O real é o líquido. Para aplicações de 12 meses, o rendimento bruto fica mais ou menos em 12% ao ano. No entanto, há o imposto retido na fonte e o investidor ganha mesmo em torno de 7,5% ao ano, que vem a ser o rendimento líquido”, explica. “Ainda assim é uma aplicação vantajosa, porque o índice é superior ao da inflação e ao da caderneta de poupança, que tem garantido em média 6,1% ao ano.”

De acordo com Hélio França, professor de Estratégia Financeira do Ibmec, a melhor opção para quem não tem muito dinheiro disponível é a renda fixa. “O melhor é abrir uma conta na corretora do seu banco e aplicar em fundos de renda fixa. Assim o investidor não paga comissão ou taxa de corretagem e ainda pode sacar o dinheiro a qualquer hora. O risco é perto de zero, o mínimo para o investimento costuma ficar em R\$ 200 e



Fotomontagem / iStockphotos

o imposto é o mesmo pago por quem aplica em CDBs, aplicação que cobra um valor de comissão”, afirma.

Em contrapartida, os que preferem as emoções do mercado acionário precisam ter em mente que nem sempre o retorno é rápido. Um exemplo: quem investiu R\$ 15 mil em ações da Vale há sete anos tem hoje cerca de R\$ 180 mil. “O patrimônio cresceu bastante, mas não do dia para a noite, foi preciso esperar e, principalmente, não se precipitar em dias de queda das ações e sair vendendo tudo”, diz Kasznar. Segundo França, porém, nem todos estão preparados para perder dinheiro. “Quem parte para a Bolsa de Valores corre mais risco. Só que nem todo

mundo sabe lidar com as perdas e aguardar dias de alta. Quem não tem condições financeiras ou emocionais de suportar a queda das ações não deve se arriscar. A bolsa não é um negócio para todos.”

Os que investem mais de R\$ 1 mil por mês precisam ficar de olho também na tão falada Selic, a taxa de juros básica da economia. Sempre que a taxa de juros cai, caem também as taxas que remuneram os CDBs. “No entanto, é preciso ter o seguinte raciocínio em mente: se os juros caem, a tendência é que o crediário fique mais em conta, o que estimula as vendas do comércio. Esse pode ser o momento ideal para diversificar as aplicações e comprar ações de empresas ligadas ao varejo”, sugere Kasznar. ■

# Consumo solidário

Dicas para quem quer presentear e, ao mesmo tempo, ajudar quem precisa

Ser solidário não se resume a ser voluntário de uma instituição ou fazer doações em dinheiro. O simples ato de comprar pode trazer embutida uma ação social capaz de ajudar muita gente. Cada vez mais organizações não-governamentais criam produtos que têm a renda revertida para seus projetos e engana-se quem pensa que elas oferecem apenas adesivos e camisetas de gosto duvidoso. A maioria tem linhas completas, com DVDs, bonecos e objetos para casa que não deixam nada a desejar aos vendidos nas principais lojas. Vale a pena conferir!

## BONECO CHIQUINHO

Símbolo da Associação Saúde Criança Renascer, o boneco Chiquinho custa R\$ 18. A renda vai para as 250 famílias e 850 crianças e adolescentes atendidas pelo projeto, que tem estante para venda de produtos no quarto piso do shopping Rio Sul, Rua Lauro Müller, 116, Botafogo.



## DVD PREMIADO

O DVD dos Doutores da Alegria, que foi considerado pela Unesco uma obra que promove a cultura da paz e já ganhou prêmios no Brasil e no exterior, está à venda por R\$ 29,90. Para levar o filme para casa basta entrar no site [www.doutoresdaalegria.org.br/loja](http://www.doutoresdaalegria.org.br/loja) ou ligar para (21) 2532-1453.



### FRUTEIRA DE PIAÇAVA

As 14 mulheres da Cestaria Botânica trabalham em Queimados criando produtos vendidos em lojas de todo o estado do Rio. A fruteira de piaçava custa R\$ 55 e pode ser encomendada pelo telefone (21) 3682-5922.



### CHAVEIRO EM FORMA DE CORAÇÃO

O chaveiro bordado em forma de coração é vendido pela Refazer, que atende gestantes, crianças e adolescentes de alto risco depois que eles têm alta hospitalar. Custa R\$ 24 e pode ser encomendado pelo telefone (21) 2527-3434, das 9h às 17h, de segunda a sexta-feira.



### CALENDÁRIO 2008

Para presentear alguém com o calendário dos Médicos Sem Fronteiras 2008, que tem fotos tiradas na Chechênia, na Somália e no Sri Lanka, é só fazer uma doação de R\$ 20 para a entidade. Os interessados devem ligar para (21) 2215-8688, de segunda a sexta-feira, das 10h às 18h.



### ALMOFADA DE RENDA ARTESANAL

A almofada criada a partir da técnica artesanal nhanduti é desenvolvida por artesãs do grupo Nó e Nós, que tem sede em Mesquita, na Baixada Fluminense. Custa R\$ 44 e pode ser encomendada em várias cores. Os interessados encontram o produto no site do Instituto Realice, no endereço [www.realice.com.br](http://www.realice.com.br).



### PORTA CONTROLE REMOTO DE PAPEL

O porta controle remoto faz parte da linha Jogos Brasileiros, da Mãos do Brasil, desenvolvida por mulheres que aprendem a transformar papel jornal em artigos para casa e escritório. Sai por R\$ 27 e pode ser comprado pelo site [www.maosbrasil.com](http://www.maosbrasil.com) ou pelo telefone (21) 2560-5356.



# Entre cliques e bisturis

Conheça os premiados no 1º Salão de Fotografia do Cremerj

**E**la pode trazer uma boa lembrança, denunciar uma tragédia, emocionar multidões mundo afora. Presente no dia-a-dia das pessoas graças ao advento das câmeras digitais, a fotografia há anos encanta a humanidade com o seu poder único de eternizar um momento. Com o intuito de estimular a prática e descobrir artistas entre seus integrantes, o Cremerj promoveu seu 1º Salão de Fotografia. Entre os 49 participantes, o grande campeão

foi o mastologista André Vallejo, primeiro lugar nas quatro categorias: Individual e Conjunto PB, Individual e Conjunto Colorido. “A iniciativa foi bacana. Descobrimos muita gente que gosta da mesma coisa”, diz Vallejo, que ganhou duas máquinas fotográficas por categoria. Também foram premiados os médicos José Fernando dos Santos Ribeiro, Gustavo Bastos Oliveira, Paulo de Moraes da Costa Machado e Lilian de Carvalho Aragão.

## Individual PB



### 1º lugar

AUTOR: *André Vallejo*

A foto da Índia foi feita durante uma viagem ao Peru, há cinco anos. “O mais bacana é o contraluz que consegui capturar”, orgulha-se Vallejo.



### 2º lugar

AUTORA: *Lilian de Carvalho Aragão*

Lilian, que fotografa desde os 18 anos, fez curso na Visual Arts. Foi premiada com a foto *Ângulos*.



### 3º lugar

AUTOR: *Gustavo Bastos Oliveira*

A foto *Desconstrução do Homem* mostra um rapaz sentado, com a cabeça de um manequim. “Eu cortei a cabeça verdadeira propositalmente”, conta Gustavo, que fez curso na Sociedade Fluminense de Fotografia.

## Conjunto PB

### 1º lugar

AUTOR: *André Vallejo*

“Sempre gostei de fotografar gente”, diz Vallejo. As imagens foram feitas em viagens ao Peru, ao Nordeste brasileiro e à Espanha.



## Individual Colorido

### 1º lugar

AUTOR: *André Vallejo*

A foto foi feita na Guarda do Embaú, Santa Catarina. “Era fim de tarde e eu usei uma velocidade baixa, o que permitiu o registro de tantas cores”, conta Vallejo.



### 2º lugar

AUTOR: *Paulo de Moraes da Costa Machado*

A foto *Fim de Tarde* retrata um barco vazio, amarrado junto a uma árvore.



### 3º lugar



AUTOR: *José Fernando dos Santos Ribeiro*

A foto *Criança Mimada* mostra uma andorinha alimentando o filhote. O momento foi registrado na casa de campo do hepatologista, em Teresópolis.

## Conjunto Colorido

### 1º lugar

AUTOR: *André Vallejo*

A série de fotos foi toda feita na mesma época, durante viagem do mastologista ao litoral catarinense.



### 2º lugar

AUTOR: *Paulo de Moraes da Costa Machado*

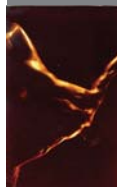
Uma lagoa emoldurada por um céu amarelo e laranja, nuvens que denunciam a chegada da chuva, uma árvore repleta de folhas secas. Imagens que têm em comum a beleza da natureza.



### 3º lugar

AUTOR: *Lilian de Carvalho Aragão*

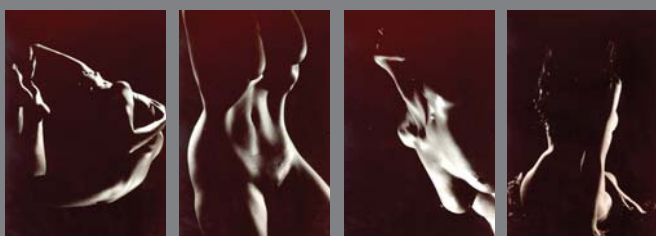
Nesta série de imagens, Lílian quis fazer do corpo humano uma obra de arte, sugerindo que ele se transforme em outros objetos. Caso da foto do rapaz em posição de pássaro.



### 2º lugar

AUTOR: *Lilian de Carvalho Aragão*

O conjunto tem como tema o corpo humano e, além de uma foto de posição de ioga, traz imagens de um abdômen, do busto de uma mulher e da silhueta de outra.



### 3º lugar

AUTOR: *Gustavo Bastos Oliveira*

O conjunto reúne a imagem de uma menina lendo em Paris; uma composição de cruzeiros no Pelourinho, Bahia, e crianças brincando no Parque Lage, no Rio. “Não esperava ganhar”, diz Oliveira.



### **OITAVA EDIÇÃO DO CURSO EDUCAÇÃO MÉDICA CONTINUADA COMEÇA EM MARÇO**

Pioneiro em ministrar cursos de Educação Médica Continuada, o Cremerj prepara para março a oitava edição do curso. Boa oportunidade para os médicos se aprimorarem nas áreas de Clínica Médica (dividida nos módulos Cardiologia, Medicina Hiperbárica, DIP, Hematologia, Fisiatria, Endocrinologia, Cirurgia Geral, Psiquiatria, Saúde Mental, entre outros), Pediatria, Ginecologia e Obstetrícia. Em 2007, 3 mil profissionais participaram das aulas. Este ano, os encontros vão acontecer aos sábados, das 8h às 17h, no auditório Júlio Sanderson, na Praia de Botafogo, 228, lojas 103 a 106. O curso é gratuito e quem o frequenta ganha pontos que podem ser utilizados para a revalidação de títulos de especialista. Os médicos que não tiverem disponibilidade para acompanhar as aulas em Botafogo podem acessar o site [www.cremerj.org.br](http://www.cremerj.org.br) para conferir o material utilizado.

### **SITE CADA VEZ MAIS SEGURO**

Para que os médicos possam encontrar com mais rapidez e segurança o que necessitam, o site do Cremerj ([www.cremerj.org.br](http://www.cremerj.org.br)) passou por uma reformulação. Agora é possível realizar pesquisas utilizando os mais modernos recursos da tecnologia de certificação digital. Trata-se de ferramenta que garante que as informações estão sendo enviadas para o site do Cremerj e não para um site pirata. Outra vantagem são os e-mails @cremerj, gratuitos e com anti-spam, que podem ser solicitados por todos os médicos. No ano passado, o site do Cremerj ultrapassou mais de um milhão de acessos. As áreas mais procuradas foram Encontre um Médico, Fórum Cremerj, Vagas de Emprego, Fale Conosco e Biblioteca Eletrônica. Além destas, o portal oferece serviços como atualização de endereços, recadastramento, comunicação de extravio de documentos, *downloads* de palestras, certificado de quitação e preenchimento de formulários de solicitações ao Setor de Registro Médico.

### **HOMENAGEM AOS JUBILADOS DE PETRÓPOLIS**

Médicos de Petrópolis que têm mais de 50 anos de profissão vão ser homenageados no dia 29 de fevereiro. O Espaço Cultural Cremerj promoverá uma festa no Petropolitano Futebol Clube, que fica na Avenida Roberto Silveira, 82, Centro do município.

### **PLANTÃO MÉDICO-JUDICIAL EM ESTUDO**

O Cremerj vai estudar como viabilizar a proposta de ter médicos acompanhando e assessorando cada plantão judicial. O pedido foi feito por juízes durante a I Jornada Jurídico-Médica de Saúde Suplementar, realizada em Angra dos Reis, em novembro passado, e patrocinada pelo Instituto Dannemann Siemsem. O objetivo é evitar que sejam concedidas liminares inadequadas do ponto de vista médico.

### **ARTIGOS CIENTÍFICOS AO ALCANCE DE TODOS**

Um convênio assinado em outubro passado entre o Cremerj e a Capes Periódicos, fundação do Ministério da Educação, permitiu que os médicos tenham acesso a extensa base de dados de artigos científicos. O serviço pode ser acessado de casa ou do consultório através do site [www.cremerj.org.br](http://www.cremerj.org.br). Basta clicar em Área do Médico e fazer a

solicitação. Um pequeno manual de configuração será enviado para o endereço eletrônico indicado pelo médico e os artigos serão liberados para consulta. Esta é mais uma iniciativa de atualização permanente do Cremerj, que pretende que este ano o número de revistas aumente, saindo de 85 títulos para 135.

# Endereços do CREMERJ

## SEDE

Praia de Botafogo, 228, loja 119b – Botafogo  
Telefone: (21) 3184-7050  
E-mail: cremerj@cremerj.org.br

## SUBSEDE BARRA DA TIJUCA

Avenida das Américas, 3.555, 2º piso, sala 226, bloco 1 – Barra da Tijuca  
Telefones: (21) 2432-8987 / 3325-1078  
E-mail: barradatijuca@cremerj.org.br

## SUBSEDE CAMPO GRANDE

Avenida Cesário de Melo, 2.623, sala 302 – Campo Grande  
Telefone: (21) 2413-8623  
E-mail: campogrande@cremerj.org.br

## SUBSEDE ILHA DO GOVERNADOR

Estrada do Galeão, 826, 1º piso, loja 110 – Ilha do Governador  
Telefone: (21) 2467-0930  
E-mail: ilha@cremerj.org.br

## SUBSEDE MADUREIRA

Estrada do Portela, 29, sala 302 – Madureira  
Telefone: (21) 2452-4531  
E-mail: madureira@cremerj.org.br

## SUBSEDE TIJUCA

Rua Soares da Costa, 10, loja 324 – Tijuca  
Telefones: (21) 2565-5517 / 2204-1493  
E-mail: tijuca@cremerj.org.br

## SECCIONAIS

MJ: *municípios de jurisdição*

### SECCIONAL MUNICIPAL DE ANGRA DOS REIS

MJ: Angra dos Reis, Parati, Mangaratiba e Itaguaí  
Rua Professor Lima, 160, salas 506 e 507 – Centro  
Telefones: (24) 3365-0330 / 3365-0793  
E-mail: angra@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE BARRA DO PIRAI

MJ: Barra do Pirai  
Rua Tiradentes, 50, sala 401 – Centro  
Telefone: (24) 2442-7053  
E-mail: barradopirai@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE BARRA MANSÁ

MJ: Barra Mansa, Rio Claro e Quatis  
Rua Pinto Ribeiro, 103 – Centro  
Telefone: (24) 3322-3621  
E-mail: barramansa@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE CABO FRIO

MJ: Cabo Frio, Arraial do Cabo, Araruama, Saquarema, Armação de Búzios, Iguaba Grande e São Pedro da Aldeia  
Avenida Julia Kubitschek, 39, sala 112 – Jardim Riviera  
Telefone: (22) 2643-3594  
E-mail: cabofrio@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE CAMPOS

MJ: Campos dos Goytacazes, São Fidélis, São João da Barra, Cardoso Moreira e São Francisco de Itabapoana  
Praça São Salvador, 41, sala 1.405 – Campos  
Telefones: (22) 2723-0924 / 2722-1593  
E-mail: campos@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE ITAPERUNA

MJ: Itaperuna, Bom Jesus do Itabapoana, Cambuci, Itaocara, Aperibé, Santo Antonio de Pádua, Miracema, Lage do Muriaé, São José de Ubá, Natividade, Porciúncula, Varre e Sai e Italva  
Rua Dez de Maio, 626, sala 406 – Centro  
Telefone: (22) 3824-4565  
E-mail: itaperuna@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE MACAÉ

MJ: Macaé, Casimiro de Abreu, Silva Jardim, Rio das Ostras, Conceição de Macabu, Quissamã  
Rua Doutor Júlio Olivier, 383, sala 205 – Centro  
Telefones: (22) 2772-0535 / 2772-7584  
E-mail: macae@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE NITERÓI

MJ: Niterói, São Gonçalo, Itaboraí, Tanguá, Maricá e Rio Bonito  
Rua Miguel de Frias, 40, 6º andar – Icaraí  
Telefones: (21) 2620-9952 / 2717-3177 / 2620-4170  
E-mail: niteroi@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE NOVA FRIBURGO

MJ: Nova Friburgo, Bom Jardim, Trajano de Moraes, Santa Maria Madalena, São Sebastião do Alto, Cantagalo, Carmo, Sumidouro, Macuco, Cordeiro, Duas Barras e Cachoeira de Macacu  
Rua Luiza Engert, 1, salas 202 e 203 – Centro  
Telefones: (22) 2522-1778 / 2523-7977  
E-mail: friburgo@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU

MJ: Nova Iguaçu, Duque de Caxias, São João de Meriti, Nilópolis, Belford Roxo, Queimados, Japeri e Mesquita  
Rua Doutor Paulo Fróes Machado, 88, sala 202 – Centro  
Telefones: (21) 2667-4343 / 2668-7646  
E-mail: novaiguacu@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS

MJ: Petrópolis, Areal, São José do Vale do Rio Preto, Sapucaia, Três Rios, Paraíba do Sul, Comendador Levy Gasparian e Distrito de Piabetá  
Rua Doutor Alencar Lima, 35, salas 1.208 a 1.210 – Centro  
Telefones: (24) 2243-4373 / 2247-0554  
E-mail: petropolis@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE RESENDE

MJ: Resende, Itatiaia e Porto Real  
Rua Gulhot Rodrigues, 145, sala 405, Edifício Iade – Bairro Comercial  
Telefone: (24) 3354-3932  
E-mail: resende@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE SÃO GONÇALO

MJ: São Gonçalo, Itaboraí, Tanguá e Rio Bonito  
Rua Coronel Serrado, 1.000, salas 907 e 908 – Zé Garoto  
Telefone: (21) 2605-1220  
E-mail: saogoncalo@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE TERESÓPOLIS

MJ: Teresópolis, Magé e Guapimirim  
Rua Wilhelm Cristian Kleme, 680 – Ermitage  
Telefone: (21) 2643-5830  
E-mail: teresopolis@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE VALENÇA

MJ: Valença, Rio das Flores, Paty do Alferes e Miguel Pereira  
Rua Padre Luna, 99, sala 203 – Centro  
Telefone: (24) 2453-4189  
E-mail: valenca@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE VASSOURAS

MJ: Vassouras, Engenheiro Paulo de Frontin, Mendes, Paracambi e Seropédica  
Rua Expedicionário Oswaldo de Almeida Ramos, 52, sala 203 – Centro  
Telefones: (24) 2471-3266 / 2471-6652  
E-mail: vassouras@cremerj.org.br

### SECCIONAL MUNICIPAL DE VOLTA REDONDA

MJ: Volta Redonda, Pirai e Pinheiral  
Rua Vinte, 13, sala 101 – Vila Santa Cecília  
Telefone: (24) 3348-0577  
E-mail: voltaredonda@cremerj.org.br



**CREMERJ**

Conselho Regional de Medicina do estado do Rio de Janeiro